



UNIVERSIDADE  
**FUMEC**

# Estética em Movimento



A central graphic features the word "Estética" in large, bold, green letters, with "Saúde" written below it in a slightly smaller size. Various green icons are scattered around the text, including a cross inside a circle, a hand holding a capsule, a bottle of oil, an eye with arrows, a mouth with arrows, a torso with arrows, a person in a headwrap, and a mortar and pestle.

Trabalho De Conclusão De Curso  
AutoEstima  
Ciência  
Drenagem Linfática  
Estria  
Física  
Gestão  
Higiene  
Inovação  
Integrativa  
Laser  
Microagulhamento  
Nutrição  
Osteopatia  
Pele  
Práticas Integrativas E Complementares  
Procedimentos Estéticos  
Radiação Ultravioleta  
COVID19  
Pesquisa  
Envelhecimento Cutâneo  
Esteticista  
Mulher  
Silício Orgânico  
Depilação  
Hidratação  
Terapia Ortomolecular  
Reiki

Uma publicação  
semestral do  
Bacharelado  
em Estética da  
Universidade  
**FUMEC**

REVISTA ESTÉTICA  
EM MOVIMENTO  
Belo Horizonte  
v.4 • n.1  
jan./dez. 2025  
ISSN 2764-8176

## **UNIVERSIDADE FUMEC**

---

### **REITORIA**

#### **Reitora:**

Prof.<sup>a</sup> Ma. Mércia Cristina Scarpelli Reis de Souza

#### **Pró-reitora de Graduação:**

Prof.<sup>a</sup> Ma. Mércia Cristina Scarpelli Reis de Souza

#### **Pró-reitor de Pós-Graduação,**

#### **Pesquisa e Extensão:**

Prof. Dr. Sérgio Henrique Zandoná Freitas

### **FUNDAÇÃO**

#### **Conselho de Curadores:**

Prof. Dr. Antônio Carlos Diniz Murta – Presidente

Prof. Dr. Wagner Luiz Silva – Vice-Presidente

#### **Conselho Executivo**

Prof. Dr. 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

#### **Elaboração da Nuvem de Palavras**

Dr Eduardo Ribeiro Felipe -

Universidade Federal de Itajubá

#### **Endereço para correspondência**

Rua Cobre, 200 . Bairro Cruzeiro .

CEP 30310-190 Belo Horizonte .

Minas Gerais Tel.: 0800 030 0200

Site: [www.fumec.br](http://www.fumec.br)

Email: [esteticaemmovimento@fumec.br](mailto:esteticaemmovimento@fumec.br)

### **CONSELHO EDITORIAL**

Prof. Dr. Armando Sérgio de Aguiar Filho – Universidade FUMEC

Prof. Dr. Eddleyton Bruno Fernandes da Silva – Universidade Federal da Paraíba - Programa de Pós-Graduação em Gestão das Organizações Aprendentes – (PPGOA-UFPB)

Prof. Dr. Eduardo Ribeiro Felipe - Universidade Federal de Itajubá (UNIFEI)

Profa. Dr. Frederico Giffoni de Carvalho Dutra – Universidade FUMEC

Profa. Dra. Fernanda Farinelli – Universidade de Brasília

Profa. Dra. Amanda Damasceno de Souza – Universidade FUMEC

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

Profa. Fernanda Falci R Tunes – Universidade FUMEC

Profa. Me. Maralu Gonzaga de Freitas Araújo – Universidade FUMEC

Profa. Paula Lima Bosi Santarelli – Universidade FUMEC

Profa. Renara Farinha Campolina – Universidade FUMEC

### **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

Flavia Ivar de Souza - 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  
Lucas Coimbra de Araújo- Universidade FUMEC  
Luciana Cristina Rocha- Universidade FUMEC  
Maralu Gonzaga de Freitas Araújo  
- Universidade FUMEC  
Mariana Ribeiro Fernandes – Força  
Aérea Brasileira - FAB  
Max Vieira Santiago- Universidade FUMEC  
Pedro de Paiva Fraga Damasceno-  
Universidade FUMEC  
Philipe Lage Augusto Rodrigues  
- Universidade FUMEC  
Reinaldo Rodrigues de Oliveira  
Renara Farinha Campolina -

Universidade FUMEC  
Renato da Rocha Cruz- Universidade FUMEC  
Renato Srbek Araújo- Universidade FUMEC  
Samuel de Carvalho Alves Dantas  
- Universidade FUMEC  
Silvia Soares dos Santos - UNIMED-BH  
Thaynara Martins Freitas -  
Universidade FUMEC  
William Machado Botelho Arabi-  
Universidade FUMEC

Estética em movimento / Universidade FUMEC, Faculdade de Ciências Empresariais. - v. 4, n. 1 (jan./dez. 2025)- . - 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 © 2022 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

---

**A DRENAGEM LINFÁTICA COMO TRATAMENTO EM PACIENTE PORTADORA DE LINFEDEMA CONGÊNITO PRIMÁRIO: UM RELATO DE CASO .....** 7

*LYMPHATIC DRAINAGE AS TREATMENT IN PATIENTS WITH PRIMARY CONGENITAL LYMPHEDEMA: A CASE REPORT*

July Dannieli de Sousa Coelho  
Charles Vinicius Cardoso de Alencar  
Lilianne de Oliveira Queiroz  
Karine Rodrigues do Nascimento Chaves

**A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NO PADRÃO DE BELEZA ENTRE OS JOVENS..** 14

*THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON BEAUTY STANDARDS AMONG YOUNG PEOPLE*

Ana Clara Pereira Almeida  
Nicole da Silva Vilela

**ANSIEDADE E DISTÚRBIOS CAPILARES: UMA ANÁLISE SOBRE A INFLUÊNCIA DA SAÚDE MENTAL NA TEXTURA E VITALIDADE DOS CABELOS.....** 32

*ANXIETY AND HAIR DISORDERS: AN ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF MENTAL HEALTH ON HAIR TEXTURE AND VITALITY*

Bárbara de Medeiros Silva  
Beatriz da Silva Dias

**DESAFIOS E OPORTUNIDADES NO TRATAMENTO DE HIPERPIGMENTAÇÃO PÓS-INFLAMATÓRIA EM PELE NEGRA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA .....** 50

*CHALLENGES AND OPPORTUNITIES IN THE TREATMENT OF POST-INFLAMMATORY HYPERPIGMENTATION IN BLACK SKIN: AN INTEGRATIVE REVIEW*

Ana Beatriz Dos Santos Norberto

**A CONTRIBUIÇÃO DO ESTETICISTA NA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR DE CUIDADOS PALIATIVOS ONCOLÓGICOS: REVISÃO DE LITERATURA SOBRE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS) .....** 67

*THE CONTRIBUTION OF THE ESTHETICIAN IN THE MULTIDISCIPLINARY ONCOLOGIC PALLIATIVE CARE TEAM: A LITERATURE REVIEW ON INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES (ICPS)*

Raquel Magalhães da Fonseca

---

## EDITORIAL

---

É com grande satisfação que apresentamos aos leitores a nova edição da Revista Estética em Movimento (v. 4, n. 1, 2025), publicação científica vinculada ao Curso de Bacharelado em Estética da Universidade FUMEC. No ano de 2025, teremos uma edição anual e em 2026 retomaremos as edições semestrais!

Esta edição reúne uma seleção de cinco artigos, sendo um relato de caso submetido à revista, avaliado pelo processo duplo-cego, e quatro artigos produzidos por alunas do Bacharelado em Estética da FUMEC, como requisito parcial para o grau de bacharelado em Estética. Todas as pesquisas envolvendo seres humanos passaram pela apreciação ética do Comitê de Ética em Pesquisa, reafirmando o compromisso da Estética com a integridade científica e o respeito aos princípios éticos que regem a área.

A diversidade temática dos estudos reflete a amplitude e o crescimento do campo da Estética enquanto área de conhecimento ligada à saúde, ao bem-estar, à ciência e à responsabilidade social. Os trabalhos apresentados percorrem desde a compreensão dos impactos das mídias digitais na construção da autoimagem, passando pela relação entre saúde mental e vitalidade capilar, até desafios contemporâneos da estética em peles negras. A edição se encerra com uma relevante revisão sobre a atuação do esteticista em equipes multiprofissionais de cuidados paliativos oncológicos.

A seguir, apresentamos os artigos que compõem esta edição.

### Artigos desta Edição

**1. A drenagem linfática como tratamento em paciente portadora de linfedema congênito primário: um relato de caso,** dos autores: July Dannieli de Sousa Coelho; Charles Vinicius Cardoso de Alencar; Lilianne de Oliveira Queiroz e Karine Rodrigues do Nascimento Chaves.

Este estudo apresenta um relato detalhado do tratamento de uma paciente com linfedema congênito primário em membro superior esquerdo, acompanhado ao longo de cinco anos em clínica particular. A análise de prontuários e registros clínicos demonstrou que a Drenagem Linfática Manual (DLM) contribuiu significativamente para a redução do edema, melhora da mobilidade, bem-estar geral e qualidade de vida da paciente. O trabalho reforça a importância da intervenção estética especializada em condições crônicas e complexas.

**2. A influência das mídias sociais no padrão de beleza entre os jovens,** das autoras: Ana Clara Pereira Almeida e Nicole da Silva Vilela.

A pesquisa investigou o impacto das plataformas digitais — especialmente Instagram, TikTok e YouTube — na formação da autoimagem de jovens de 18 a 30 anos. Os resultados apontam que 88,3% dos participantes percebem influência direta das redes sociais em sua autoestima e padrões estéticos, destacando o papel dos filtros, da comparação social e da cultura dos influenciadores na intensificação da insatisfação corporal. O estudo conclui pela urgência de estratégias educativas que promovam o uso consciente das redes e visão plural da beleza.

**3. Ansiedade e distúrbios capilares: uma análise sobre a influência da saúde mental na textura e vitalidade dos cabelos, das autoras: Bárbara de Medeiros Silva e Beatriz da Silva Dias**

A revisão bibliográfica evidencia a relação direta entre estresse, ansiedade e alterações no ciclo capilar, destacando a alopecia areata como uma das manifestações mais frequentes. Estudos mostram que o aumento do cortisol e respostas inflamatórias, inclusive durante a pandemia de COVID-19, afetam a vitalidade dos fios. Intervenções integradas entre cuidados estéticos e suporte psicológico têm se mostrado eficazes para recuperação capilar e redução do sofrimento emocional, apontando para uma abordagem interdisciplinar no manejo dos distúrbios capilares.

**4. Desafios e oportunidades no tratamento de hiperpigmentação pós-inflamatória em pele negra: uma revisão integrativa, da autora: Ana Beatriz dos Santos Norberto.**

Este artigo discute a prevalência elevada da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) em peles negras e os desafios enfrentados por profissionais da estética devido à escassez de protocolos específicos. A revisão aponta a importância de tratamentos individualizados, uso de ativos anti-inflamatórios, despigmentantes seguros e forte fotoproteção. O estudo reforça a necessidade de formação mais abrangente sobre pele negra e destaca a estética como campo promotor de saúde, autoestima e inclusão racial.

**5. A contribuição do esteticista na equipe multidisciplinar de cuidados paliativos oncológicos: revisão de literatura sobre práticas integrativas e complementares (PICs), da autora: Raquel Magalhães da Fonseca.**

A revisão aborda a atuação do esteticista em equipes de cuidados paliativos oncológicos, especialmente por meio das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) reconhecidas pelo SUS. Aromaterapia, auriculoterapia, reflexologia, massoterapia e drenagem linfática mostraram-se eficazes na redução de dor, ansiedade, fadiga, distúrbios do sono e náuseas. O estudo evidencia o potencial do esteticista em ambientes hospitalares e a relevância de integrar práticas humanizadas à oncologia.

A edição 2025 reforça a Estética como área científica comprometida com a pesquisa ética, o cuidado humanizado, a diversidade, a inclusão social e a promoção de bem-estar. Que esta publicação inspire novas reflexões, pesquisas e práticas qualificadas no campo estético.

Agradecemos a todos os autores, avaliadores e colaboradores que tornaram esta edição possível. Desejamos a todos uma excelente leitura e que esta edição contribua para fortalecer o diálogo da pesquisa científica na estética!

*Profa. Dra. Amanda Damasceno de Souza  
Editora da Revista Estética em Movimento*

Belo Horizonte, 01 de dezembro de 2025

# A DRENAGEM LINFÁTICA COMO TRATAMENTO EM PACIENTE PORTADORA DE LINFEDEMA CONGÊNITO PRIMÁRIO: UM RELATO DE CASO

LYMPHATIC DRAINAGE  
AS TREATMENT IN  
PATIENTS WITH  
PRIMARY CONGENITAL  
LYMPHEDEMA:  
A CASE REPORT

## R E S U M O

**Introdução:** Para defesa contra patógenos, o Sistema Linfático é composto por um sistema de gânglios, órgãos e vasos que percorrem todo nosso corpo, onde corre um líquido chamado linfa, que é filtrada pelos linfonodos e posteriormente devolvida à circulação sanguínea. Quando há uma irregularidade nesse sistema, ocorre uma produção de linfa maior que a drenagem orgânica natural, onde esse líquido acaba se acoplando nos membros inferiores e/ou superiores, causando um edema capaz de dificultar a locomoção corporal, além do aumento da pressão da veia e redução da pressão oncótica, esse processo saúde-doença se chama Linfedema, capaz de afetar diretamente a qualidade de vida e a autoestima de pacientes, podendo se apresentar em dois tipos: Linfedema primário congênito e secundário. **Objetivo:** Relatar a drenagem linfática como meio de tratamento em uma paciente diagnosticada com Linfedema Congênito Primário em membro superior esquerdo. **Metodologia:** Foi realizado um estudo descriptivo observacional único para relatar a Drenagem Linfática Manual como tratamento em uma paciente diagnosticada com Linfedema Congênito Primário em membro superior esquerdo, através da análise dos prontuários desde a primeira sessão em 2018 até o presente ano de 2023, mostrando a evolução da

July Dannieli de Sousa Coelho<sup>1</sup>  
[july.coelho@aluno.iespes.edu.br](mailto:july.coelho@aluno.iespes.edu.br)

Charles Vinicius Cardoso de Alencar<sup>2</sup>  
[charles.alencar@aluno.iespes.edu.br](mailto:charles.alencar@aluno.iespes.edu.br)

Lilianne de Oliveira Queiroz<sup>3</sup>  
[lilianeq@hotmail.com](mailto:lilianeq@hotmail.com)

Karine Rodrigues do  
Nascimento Chaves<sup>4</sup>  
[karinernbiomedica@gmail.com](mailto:karinernbiomedica@gmail.com)

Data de submissão: 12/02/2025

Data de aprovação: 27/07/2025

<sup>1</sup> Instituto Esperança de Ensino Superior, Santarém, Pará  
0009-0002-7807-9778

<sup>2</sup> Instituto Esperança de Ensino Superior, Santarém, Pará  
0009-0001-6363-5834

<sup>3</sup> Espaço Ki, Santarém, Pará  
0009-0001-2454-1878

<sup>4</sup> Instituto Esperança de Ensino Superior, Santarém, Pará  
0000-0003-3800-7825



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

patologia e do tratamento. A análise dos prontuários para construção do relato de caso foi realizada em clínica particular. **Resultados:** A partir do estudo de caso de paciente portadora de linfedema congênito primário foi verificado que a DLM contribui no tratamento do linfedema, mostrando a capacidade de promover benefício na saúde, qualidade de vida e melhora estética para a paciente através das técnicas utilizadas.

**Palavras-chave:** linfedema; sistema linfático; drenagem linfática manual (DLM).

## A B S T R A C T

**Introduction:** For defense against pathogens, the lymphatic system is composed of a system of nodes, organs, and vessels that run throughout our body. Lymph flows through it, filtered by the lymph nodes and then returned to the bloodstream. When there is an irregularity in this system, lymph production exceeds the natural drainage of the body. This fluid accumulates in the lower and/or upper limbs, causing edema that hinders movement, increases vein pressure, and reduces oncotic pressure. This health-disease process is called lymphedema, which can directly affect patients' quality of life and self-esteem and can present in two types: primary congenital and secondary lymphedema. **Objective:** To report lymphatic drainage as a treatment for a patient diagnosed with primary congenital lymphedema in the left upper limb. **Methodology:** A unique, descriptive, observational study was conducted to report the use of Manual Lymphatic Drainage (MLD) as a treatment for a patient diagnosed with Primary Congenital Lymphedema in the left upper limb. The study analyzed medical records from the first session in 2018 to 2023, demonstrating the progression of the condition and treatment. The medical records were analyzed for the development of the case report in a private clinic. **Results:** Based on the case study of a patient with primary congenital lymphedema, it was found that MLD contributes to the treatment of lymphedema, demonstrating its potential to promote health benefits, quality of life, and aesthetic improvement for the patient through the techniques used.

**Keywords:** lymphedema; lymphatic system; manual lymphatic drainage (MLD).

## 1 INTRODUÇÃO

O Sistema Linfático (SL) é organizado por uma série de órgãos, incluindo o timo, baço, gânglios, e outros, responsáveis por originar e armazenar o fluido linfático, responsáveis por defender o organismo contra patógenos, possuindo também um sistema tubular que irá transportar o fluido coletado para o sistema linfático. Ao causar desequilíbrio nas funções que o sistema cumpre, dá origem a doenças como linfedema, uma patologia de inchaço visível e palpável onde os tecidos são preenchidos com fluido, causando aumento da pressão intersticial e distensão da pele. (Viñas, 2012).

Segundo Leduc e Leduc (2015) o sistema linfático é estruturado entre capilares linfáticos, linfa, vasos linfáticos, linfonodos, troncos linfáticos e ductos linfáticos. Sendo os capilares linfáticos os menores vasos do sistema linfático vascular. Apesar de pequenos, é nos capilares linfáticos que o líquido intersticial recebe a denominação de linfa, enquanto os linfonodos desempenham o papel de reguladores, filtrando as impurezas da linfa e produzindo linfócitos.

O Linfedema é o acúmulo de líquido extracelular decorrente do comprometimento do sistema linfático sendo, ricamente proteico e de etiologias diversas. Em condições normais, há equilíbrio entre a produção e a drenagem da linfa, porém a produção supera a drenagem, a linfa se acumula no tecido subcutâneo (Porto, 2005).

O linfedema pode ser classificado em dois tipos: primário e secundário. O linfedema primário, é congênito, e geralmente é causado pela má formação de canais linfáticos ou gânglios linfáticos. Já o linfedema secundário, é um edema que se desenvolve durante a vida do paciente e não é congênito, podendo ser causado por operações, infecções, lesões,

radioterapias, após traumas e processos inflamatórios. (Pereira et al., 2009)

A drenagem linfática manual (DLM), consiste em uma técnica de manobras utilizadas em tratamentos terapêuticos, a fim de direcionar e aumentar o fluxo linfático suavemente (Soares, 2012). Dessa forma, este recurso terapêutico é fundamental para estimular a circulação sanguínea, eliminar toxinas e nutrir os tecidos, conduzindo o líquido intersticial até os gânglios linfáticos para que sejam eliminados pela urina (França; Aguiar; Parra, 2014).

É importante destacar que os pacientes geralmente apresentam mais de um mecanismo de complicações ao mesmo tempo, bem como: inflamação dos vasos ou tecidos; aumento da pressão dentro das veias e capilares; redução da pressão oncótica e linfedema. Assim, a DLM é muito utilizada no tratamento de edema, por isso, torna-se fundamental a compreensão das situações que podem favorecer esse extravasamento de líquido dos vasos para os tecidos (Pinheiro, 2020). Além de tratar o edema, a drenagem linfática também aumenta a hidratação e nutrição celular, acelerando a cicatrização de ferimentos, redução da retenção de líquido, aumento da imunidade, reabsorção de hematomas e equimoses, combate a celulite e relaxamento corporal (Tacani; Tacani; Liebano, 2011).

A técnica de drenagem baseada no método Vodder é uma massagem realizada na superfície cutânea que seguem as vias linfáticas do organismo, auxiliando no escoamento dos líquidos excedentes que por sua vez circulam nas células, e sustentam, dessa forma o balanceamento hídrico no interstício, permitindo o banimento das degradações e dos resíduos provenientes do metabolismo celular (Guirro; Guirro, 2004).

O método de Leduc é realizado por meio de cinco movimentos que são: a drenagem dos linfonodos, onde utiliza os dedos polegar

e indicador do terapeuta, em contato com a parte do corpo a ser drenada, e exercendo uma pressão moderada e rítmica, com movimentos circulares ou com movimentos leves e rítmicos (Borges, 2006).

Tais métodos abordados são considerados uns dos tratamentos para o linfedema, a drenagem linfática manual que por sua vez é a manobra especializada que vai direcionar o líquido intersticial para os centros de drenagem, promovendo diferentes pressões para o deslocamento do líquido e assim reduzindo a pressão no vaso para a sua recolocação na corrente sanguínea (Tramontin, 2009).

O objetivo desde trabalho é relatar o caso de paciente portadora de linfedema congênito primário e a Drenagem Linfática Manual como tratamento.

## 2 METODOLOGIA

### 2.1 Tipo de estudo

O relato de caso foi realizado a partir do estudo observacional descritivo em paciente com linfedema congênito primário.

### 2.2 Delimitação de tema e coleta de dados

O estudo de caso da paciente foi realizado em clínica particular, onde foi feito o acompanhamento e prontuário com a evolução dos resultados do início do tratamento em 2018 até 2023.

A análise foi feita a partir dos dados presentes nas fichas de avaliação da paciente, através do aplicativo Belle SOFTWARE 5.7.3 realizando a leitura da evolução da paciente e laudos médicos, com a finalidade de verificar o histórico, exames realizados, as técnicas utilizadas e quantidade de sessões.

Assim como, o acesso à registros que estão arquivados em formato digital, como fotos e exames da paciente, a fim de abordar minuciosamente os detalhes do caso.

Vale ressaltar que o projeto relato foi aceito pela Comissão Resolução CNS 466/12, na qual toda pesquisa envolvendo seres humanos deverá ser submetida à apreciação de um Comitê de Ética em Pesquisa sob o CAAE 75256123.7.0000.5168.

## 2.3 Análise de dados

Os dados foram analisados com auxílio de planilhas do Excel 2010 e através do uso de um formulário síntese criados previamente.

## 3 RELATO DE CASO

Paciente C.H.N, 06 anos de idade, sexo feminino, apresenta edema em membro superior esquerdo desde o seu nascimento, acompanhado de mancha na cor vinho do porto que vai desde o hemitórax até as pontas dos dedos. Após o parto, foi aconselhado acompanhamento médico, onde os resultados iniciais do processo-saúde doença da paciente foram inconclusivos.

Após 02 meses de vida, a paciente foi encaminhada para o médico cardiologista, onde o foi feito o exame de Ecografia de Doppler do sistema venoso do membro superior esquerdo, na qual foi observado o sistema venoso profundo, onde não houve nenhum sinal de trombose venosa, e o sistema venoso superficial também não mostrou evidências de trombose. O laudo do exame de Doppler descreveu espessamento difuso da pele e tecido celular subcutâneo, de forma circunferencial em todo membro superior esquerdo, de natureza a esclarecer e sem evidências de má formações vasculares, porém por ser visível

o edema, aos 03 meses e 29 dias de idade o exame de Ecografia de Doppler foi repetido e a conclusão permaneceu a mesma.

No período de 09 meses de idade foi realizada consulta com angiologista, e o mesmo solicitou linfoцитilografia de membros superiores, que concluiu distúrbio funcional linfático em membro superior direito (MSD), porém, sem evidências de superficialização da migração (linfedema). A partir disso o médico angiologista avaliou que a criança estava evoluindo com linfedema em membro superior esquerdo (MSE) de origem congênito, associado a mancha tipo vinho do porto em hemitórax esquerdo, sendo assim solicitou que C.H.N iniciasse tratamento com drenagem linfática manual do MSE e, indicou aos responsáveis que procurassem atendimento em centro de referência especializado em São Paulo para obter o tratamento adequado e assim foi feito.

E em 30 de novembro de 2018 em SP, a paciente C.H.N foi diagnosticada como portadora de má-formação capilar cutânea comprometendo o hemitórax e membro superior esquerdo associado a linfedema congênito, e como tratamento, foram determinadas que fossem realizadas sessões de fisioterapia especializada em doença vascular linfática, com fisioterapeuta especialista em drenagem linfática método LEDUC, e a Laserterapia com o equipamento do tipo *Flashlamp-Pumped Pulsed Dye Laser*, com a finalidade estética de reduzir a mancha vinho do porto, ambos tratamentos seriam associados para que a paciente C.H.N pudesse ter melhor qualidade de vida.

A paciente possui malformação capilar e apresenta vasos sanguíneos anômalos que infiltram as estruturas tanto superficiais quanto as profundas. Caso a paciente, venha a obter uma hiper vascularização superficial pode desenvolver a dilatação de vênulas e capilares da pele, com risco de

formar granulomas e de sangrar aos pequenos traumas. Em relação ao tratamento de fisioterapias especializadas em doença vascular linfática como foi orientada pela equipe médica de São Paulo, a técnica que melhor se enquadra para a idade e patologia da paciente C.H.N é a Drenagem Manual Linfática com a técnica Leduc/Vodder, associado ao uso de braçadeira compressiva pela extensão do tórax, braço até as pontas dos dedos (braçadeira feita sob medida), porém, como a menor está em fase de crescimento, o uso da braçadeira foi substituída pela técnica de enfaixamento multicamada e a dificuldade de mantê-la utilizando.

O tratamento de laserterapia, não foi realizado por motivos pessoais, e devido a funcionalidade deste fosse apenas reduzir a cor da mancha e não tratar em si a doença, em contrapartida, a paciente desde os seus 09 meses de idade realiza as DLM prescritas pelo médico angiologista, com profissional fisioterapeuta especializada na técnica de Leduc, responsável pelo seu acompanhamento e tratamento até os dias atuais. E segundo o laudo de acompanhamento feito pela fisioterapeuta em 2018, a paciente necessita de fisioterapia vascular, por tempo indeterminado, pois se trata de uma disfunção crônica no sistema linfático, portanto o tratamento deve permanecer até o fim da vida.

O tratamento drenagem linfática manual associada ao enfaixamento multicamadas e\ou braçadeira de compressão para linfedema, visa a melhora no quadro clínico, segundo Borges (2006), o que corrobora com o tratamento proposto por profissionais de uma clínica especializada em São Paulo. A paciente C.H.N apresentou prognóstico positivo, com redução de medidas, diminuição do edema, melhora na mobilidade e estética, após o início das sessões de drenagem linfática método LEDUC desde agosto de 2018.

Durante o período de 2018 a 2019 as sessões eram realizadas 02 x na semana, enquanto em 2020 a 2021 foi reduzido para 01 x na semana e de 2022 até novembro de 2023 foram realizadas sessões quinzenais, de modo que a paciente conseguiu evoluir positivamente na melhora das dores e qualidade de vida, porém é válido ressaltar que a drenagem não irá tratar o processo-saúde doença, apenas aliviar seus sintomas.

Assim ela possui uma patologia progressiva que apresenta quatro componentes principais: excesso de proteínas nos tecidos, edema, inflamação crônica e fibrose, o que demonstra porque a drenagem linfática foi indicada para a C.H.N, já que a técnica aumenta a oferta e o funcionamento dos vasos linfáticos e gânglios, estimulando a circulação colateral.

#### 4 DISCUSSÃO

Segundo Leduc e Leduc (2007), o edema é resultado do desequilíbrio verificado entre o aporte líquido retirado dos capilares sanguíneos pela filtragem e a drenagem deste líquido. Quando o aporte líquido filtrado se torna maior e o sistema de drenagem não aumenta em consequência disso, ocorre o desequilíbrio entre a filtragem e a evacuação a expensas dessa última. Assim os tecidos se enchem de líquido, a pressão intratecidual aumenta e a pele se distende, o tecido incha e ocorre o edema.

A lincocintilografia constitui o meio de investigação não-negligenciável, e os últimos exames de lincocintilografia feitos pela paciente demonstraram que ela apresenta um distúrbio linfático com baixo número de vasos linfáticos e linfonodos em membro superior direito, fazendo com que tenha um acúmulo de líquido no sistema linfático do

membro superior esquerdo, assim causando o edema e dismetria dos membros.

As complicações produzidas pelo longo curso do Linfedema pioraram quadro da paciente e diminuíram a qualidade de vida, sendo fundamental um diagnóstico precoce e um cuidado mais específico. Assim, a busca pelo diagnóstico desde o nascimento da paciente C.H.N e o tratamento com DLM permitiu a melhoria da funcionalidade e previne as complicações locais. A Terapia Complexa Descongestiva (TCD) é considerada o tratamento padrão-ouro para o linfedema, combinando diferentes abordagens terapêuticas para maximizar a redução do edema e a funcionalidade do membro afetado. Ela é composta por quatro pilares principais: drenagem linfática manual (DLM), terapia compressiva, cuidados com a pele e exercícios específicos. A DLM auxilia no direcionamento do líquido linfático para vias de drenagem funcionais, enquanto a terapia compressiva, por meio de bandagens ou meias elásticas, mantém os efeitos da drenagem e previne a reincidência do edema. Os cuidados com a pele são essenciais para evitar infecções secundárias, como erisipela, que podem agravar o quadro. Já os exercícios terapêuticos estimulam a bomba muscular e melhoram a circulação linfática. A combinação desses elementos tem demonstrado eficácia na redução do volume do membro, melhora da qualidade de vida e manutenção dos resultados a longo prazo, sendo uma abordagem fundamental no manejo do linfedema (Sousa et al., 2006).

O resultado da paciente C.H.N demonstra que a drenagem linfática foi eficaz na melhora na qualidade de vida e redução dos sinais e sintomas causados pelo linfedema, o que corrobora com o autor Sousa et al. (2006) que relatou em seu estudo de caso que portadora de linfedema obteve melhora significativa em seu tratamento através da drenagem

linfática manual seguida de enfaixamento compressivo, assim como a paciente C.H.N.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, conclui-se que a aplicação da drenagem linfática manual (DLM) na paciente C.H.N. demonstrou ser uma abordagem eficaz no tratamento do linfedema. O excesso de líquido extravasado de maneira contínua e crônica encontrou caminhos de retorno aos vasos devido às pressões intermitentes, suaves e lentas, aplicadas da região distal para proximal, conforme o trajeto do sistema linfático. Esse processo contribuiu para a redução do edema, alívio do peso e melhora da funcionalidade do membro superior esquerdo (MSE), favorecendo o aumento da qualidade de vida da paciente.

Contudo, algumas limitações devem ser consideradas. O estudo se restringiu a uma única paciente, o que limita a generalização dos resultados. Além disso, fatores como adesão da paciente ao tratamento e a ausência de um acompanhamento de longo prazo podem influenciar os desfechos clínicos.

A abordagem do tratamento com a DLM para a paciente funcionou devido que dessa maneira consegue-se um esvaziamento do membro afetado aliviando o peso e a impotência funcional contribuindo conforme verificado o aumento da qualidade de vida proporcionado pela técnica, que no iniciou eram mais frequentes devido a situação que o MSE estava, todavia com o seu crescimento e com a frequência das DLM e por consequência a maior mobilidade da paciente, as sessões foram reduzidas de forma que não prejudicou seu tratamento, e dessa forma percebeu que a mesma possui uma boa condição física, boa movimentação do seu MSE e a mesma segue sua vida normal para sua idade.

Para pesquisas futuras, recomenda-se a investigação da associação da DLM com outras abordagens terapêuticas, como a terapia compressiva e o exercício físico específico, a fim de potencializar os resultados.

Além disso, estudos com um maior número de participantes e avaliações de longo prazo podem fornecer dados mais robustos sobre a eficácia e os benefícios da DLM no tratamento do linfedema.

---

## R E F E RÊNCIAS

---

- BORGES, F.** **Dermato-funcional:** modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: Porte, 2006.
- FRANCA, C. P de; AGUIAR, G. F.; PARRA, C. C.** **Efeitos fisiológicos e benefícios da drenagem linfática manual em edema de membros inferiores.** 2014. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) - Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Araçatuba, Araçatuba, 2014.
- GUIRRO, E; GUIRRO, R.** **Fisioterapia dermatofuncional:** fundamentos, recursos patologias. São Paulo: Manole, 2004.
- LEDUC, A.; LEDUC, O.** **Drenagem Linfática:** teoria e prática. 3. ed. São Paulo: Manole, 2007.
- LEDUC, A.; LEDUC, O.** **Drenagem Linfática:** teoria e prática. 2. ed. São Paulo: Manole, 2015.
- PEREIRA, C. M. A. et al.** Efeitos da linfoterapia em pacientes com linfedema de membros inferiores pós-infecção por erisipela. **Revista Panam Flebol Linfol**, v. 4, n. 12, p. 728-36, 2009. Disponível em: <https://docplayer.com.br/9062503>. Acesso em: 28 ago. 2023.
- PINHEIRO, P.** **Causas de inchaços nas pernas e no corpo (retenção de líquidos).** 2020. Disponível em: <https://www.mdsaudade.com/nefrologia/inchacos-edema/>. Acesso em: 28 ago. 2023.
- PORTO, Celmo Celeno.** **Semiologia medica.** 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2005.
- SOARES, Rafaella Galdino.** Drenagem linfática manual como coadjuvante no pósoperatório de abdominoplastia. **Revista Presciência**, Recife, 2012. Disponível em: Acesso em: 28 ago. 2023.
- SOUZA, Bruna Veras de et al.** **A importância da drenagem linfática manual no tratamento de linfedema:** estudo de caso. 2006. Disponível em: [https://assets.uninovafapi.edu.br/arquivos/old/eventos/jic2006/trabalhos/FISIOTERAPIA/Ora\\_1/98%20%20A%20IMPORT%C3%82NCIA%20DA%20DRENAGEM%20LINFATICA%20MANUAL%20NO%20TRATAMENTO%20DE%20LINFEDEMA%20ESTUDO%20DE%20CASO.pdf](https://assets.uninovafapi.edu.br/arquivos/old/eventos/jic2006/trabalhos/FISIOTERAPIA/Ora_1/98%20%20A%20IMPORT%C3%82NCIA%20DA%20DRENAGEM%20LINFATICA%20MANUAL%20NO%20TRATAMENTO%20DE%20LINFEDEMA%20ESTUDO%20DE%20CASO.pdf). Acesso em: 20 out. 2023.
- TACANI, R. E.; TACANI, P. M.; LIEBANO, R. E.** Intervenção fisioterapêutica nas sequelas de drenagem linfática manual iatrogênica: relato de caso. **Revista Fisioterapia e Pesquisa**, v. 18, n. 2, p. 188-194, 2011.
- TRAMONTIN, Carla Margarida.** **Os efeitos das técnicas de endermoterapia e drenagem linfática manual na região abdominal:** uma visão fisioterapêutica. 2009. 74 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Fisioterapia) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2009.
- VIÑAS, Frederic.** La Linfa y su drenaje manual. In: **DRENAGEM linfática manual.** Principais indicações e benefícios na promoção da saúde e bem-estar. Barcelona: RBA Libros, 2012.

# A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NO PADRÃO DE BELEZA ENTRE OS JOVENS

THE INFLUENCE  
OF SOCIAL MEDIA  
ON BEAUTY  
STANDARDS AMONG  
YOUNG PEOPLE

R E S U M O

**Introdução:** O presente estudo tem como tema a influência das mídias sociais na construção dos padrões de beleza entre os jovens. **Objetivo:** Analisar de que forma plataformas como Instagram, TikTok e YouTube impactam a autoimagem e o bem-estar psicológico dos usuários, especialmente na faixa etária de 18 a 30 anos. **Metodologia:** Para isso, utilizou-se uma abordagem quantitativa, por meio de pesquisa de campo com aplicação de questionário online estruturado, composto por 19 questões fechadas, além de uma revisão bibliográfica em bases acadêmicas. A amostra contou com cerca de 100 participantes. **Resultados:** Os principais resultados revelam que 88,3% dos respondentes acreditam que as mídias sociais exercem influência sobre si mesmos, sendo o Instagram identificado como a principal plataforma propagadora de padrões estéticos. A maioria relatou desconforto com a própria aparência, intensificado pelo uso de filtros digitais e pela comparação constante com influenciadores. Também foram destacados sentimentos de baixa autoestima, pressão estética e desejo por intervenções cirúrgicas. **Conclusão:** Conclui-se que o uso intensivo das redes sociais contribui para a disseminação de ideais de beleza inatingíveis, afetando diretamente a saúde mental dos jovens. Dessa forma, o estudo reforça a necessidade de estratégias educativas que promovam o uso consciente das redes, incentivem a diversidade e fortaleçam a autoestima. Recomenda-se, ainda, a realização de pesquisas qualitativas que aprofundem as experiências subjetivas dos jovens frente à pressão estética nas plataformas digitais.

**Palavras-chave:** padrões de beleza; estética; estereótipo.



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

1 Bacharelado em Estética  
Universidade FUMEC

2 Bacharelado em Estética  
Universidade FUMEC

## A B S T R A C T

**Introduction:** This study focuses on the influence of social media on the construction of beauty standards among young people. **Objective:** To analyze how platforms such as Instagram, TikTok and YouTube impact the self-image and psychological well-being of users, especially in the 18-30 age group. **Methodology:** For this, a quantitative approach was used, through field research with the application of a structured online questionnaire, made up of 19 closed questions, as well as a literature review in academic databases. The sample included around 100 participants. **Results:** The main results reveal that 88.3% of respondents believe that social media exerts an influence on themselves, with Instagram identified as the main platform propagating aesthetic standards. The majority reported discomfort with their own appearance, intensified by the use of digital filters and constant comparison with influencers. Feelings of low self-esteem, aesthetic pressure and a desire for surgery were also highlighted. **Conclusion:** It can be concluded that the intensive use of social networks contributes to the dissemination of unattainable ideals of beauty, directly affecting the mental health of young people. The study therefore reinforces the need for educational strategies that promote the conscious use of social media, encourage diversity and strengthen self-esteem. It is also recommended that qualitative research be carried out to deepen.

**Keywords:** beauty standards; aesthetics; stereotype.

## 1 INTRODUÇÃO

A evolução das tecnologias de comunicação e informação acompanhou de perto a ampla adoção da internet, inicialmente através da televisão e dos filmes, e, mais recentemente, incorporando vídeos e streaming nas mídias sociais. Para Matos e Godinho (2024, p. 3), “o século XXI trouxe a tecnologia como uma ferramenta de relações sociais que hoje é indispensável, principalmente para promover a comunicação por meio de ligações, e-mails, redes sociais, etc. As plataformas de mídia social (Facebook; YouTube; WhatsApp;

Instagram; WeChat; TikTok), geralmente apresentam imagens de pessoas com rostos e corpos aparentemente perfeitos, muitas vezes usando filtros e ferramentas de edição de fotos para melhorar sua aparência. Esses autores enfatizam que a exposição contínua a ideais estéticos irreais promovidos por influenciadores digitais e celebridades leva os adolescentes a comparar suas próprias aparências com padrões muitas vezes inatingíveis, gerando baixa autoestima e comportamentos de risco.

Na verdade, os filtros de mídia social levaram a uma condição conhecida como “disforia do Snapchat”, na qual as pessoas ficam desesperadas para se parecerem com a versão filtrada de si mesmas. Nas últimas décadas, esse rápido avanço tecnológico impactou significativamente os indivíduos, especialmente a geração mais jovem, que cresceu nesta era centrada na mídia. Estes efeitos positivos e negativos são particularmente evidentes em como padrões de beleza irreais foram moldados (Comin; Soares; Mombelli, 2024).

Vivemos em uma era na qual a mídia digital exerce uma influência direta sobre o psicológico das pessoas. Entender como isso ocorre é de extrema importância para se criar uma visão mais saudável e inclusiva de beleza e de sermos mais responsáveis ao fazer posts. O rápido desenvolvimento da internet e da tecnologia demonstra imediatamente a importância dessa questão social (Moura et al. 2024). A conexão entre a exposição à mídia e como as pessoas percebem seus corpos se tornou mais importante com a rápida difusão de informações. Televisão, revistas, mídia social, filmes e publicidade são apenas alguns exemplos da mídia que impactam muito como os indivíduos percebem seus corpos (Santos et al., 2023).

Embora a sociedade sempre tenha dado importância aos ideais de beleza, a ascensão

da mídia e o fácil acesso à internet amplificaram exponencialmente esse fenômeno na era digital. Os jovens, em particular, são constantemente expostos a imagens e narrativas manipuladas que retratam ideais corporais distorcidos, que, por sua vez, começaram a definir os padrões de beleza (Sales; Costa; Gai, 2021). As plataformas de mídia social desempenham um papel crucial na perpetuação desses padrões. Destaca-se, enfatizando como o consumo constante de conteúdo digital tem moldado percepções de autoestima, autoimagem e bem-estar. Com o crescimento exponencial das plataformas como Instagram, TikTok e YouTube, jovens se veem cada vez mais expostos a padrões irreais de beleza e sucesso, muitas vezes promovidos por influenciadores digitais. Este fenômeno pode gerar impactos profundos na saúde mental, contribuindo para sentimentos de inadequação, ansiedade e depressão (Pontes, 2021).

A exposição à mídia é quase onipresente entre os jovens no cenário digital de hoje. De acordo Santos et al. (2023), em um estudo de jovens, afirma que os mesmos estão buscando cada vez mais procedimentos estéticos. Ciente de que a adolescência é a fase em que a identidade, formada durante a infância, começa a se consolidar, a mídia pode gerar impactos negativos nesse processo.

Este estudo busca uma investigação sobre como a exposição à mídia molda as percepções dos jovens sobre seus corpos e para entender as implicações sociológicas dessas influências na perpetuação de padrões de beleza inatingíveis. A influência das mídias sociais sobre os padrões de beleza e a autoimagem dos jovens é um fenômeno amplamente discutido na literatura acadêmica atual, destacando suas implicações na saúde mental. Estudos como os de Matos e Godinho (2024) e Moura et al. (2024) apontam que o uso excessivo das redes sociais está

diretamente relacionado ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e insatisfação corporal. Neste contexto coloca-se como problema de pesquisa: **como as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens na atualidade?** para responder a essa pergunta, a pesquisa se apoia em referenciais teóricos que exploram a construção da identidade no ambiente digital e as consequências emocionais desse envolvimento.

Atualmente, a mídia digital exerce uma influência significativa sobre o psicológico das pessoas. O impacto das mídias sociais na percepção da autoimagem também foi explorado por Santos et al. (2023), que identificaram que a busca por procedimentos estéticos tem aumentado significativamente entre adolescentes, impulsionada pela comparação social e pela pressão para corresponder às expectativas de beleza presentes nas plataformas digitais. Sales, Costa e Gai (2021) acrescentam que, na era digital, a saúde mental dos jovens tem se tornado mais vulnerável, uma vez que a autoimagem é constantemente moldada e redefinida por representações idealizadas nas redes sociais. Assim este estudo tem como objetivo geral: **Analizar como as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens na atualidade.**

Sendo assim, tem-se como objetivos específicos:

1. Listar as principais as mídias sociais que influenciam no padrão de beleza na atualidade;
2. Realizar uma pesquisa de campo sobre a influência dos padrões de beleza por meio das mídias sociais entre os jovens.

Nas redes sociais, influenciadores, celebridades e marcas são protagonistas na promoção de padrões de beleza, muitas vezes irreais. Entender como isso ocorre é de

extrema importância para se criar uma visão mais saudável e inclusiva de beleza, além de promover maior responsabilidade ao criar e compartilhar conteúdo.

Portanto, a presente pesquisa se justifica pela necessidade de compreender melhor como as mídias sociais estão influenciando a construção da identidade e da autoimagem dos jovens, contribuindo para a perpetuação de padrões de beleza inatingíveis e trazendo consequências profundas para a saúde mental. Este estudo pretende fornecer subsídios para que profissionais das áreas de saúde, educação e comunicação possam desenvolver estratégias de conscientização e promoção de um ambiente digital mais inclusivo e saudável.

A presente pesquisa justifica-se também pela necessidade de compreender os impactos das mídias sociais na construção e disseminação de padrões de beleza irreais, especialmente entre os jovens. A constante exposição a imagens corporais idealizadas tem influenciado significativamente as percepções dos indivíduos sobre suas próprias aparências, o que pode gerar consequências psicológicas e sociais preocupantes, como baixa autoestima, insatisfação corporal e a busca por transformações estéticas que, muitas vezes, não atendem às expectativas criadas. Este estudo é relevante não apenas para entender os efeitos diretos da mídia na formação dessas percepções, mas também para estimular a reflexão sobre a responsabilidade dos profissionais de estética em lidar com esses padrões e as demandas geradas por eles, contribuindo para a promoção de uma visão mais crítica e saudável da beleza na sociedade. A pesquisa visa, assim, contribuir para um debate mais aprofundado sobre o papel das mídias sociais na formação da autoimagem e da identidade pessoal, fornecendo subsídios teóricos e práticos para a criação de estratégias que

incentivem um uso mais consciente e responsável dessas plataformas.

Esta pesquisa foi organizada em cinco seções, incluindo a introdução. Em seguida, apresenta-se a revisão teórica, a metodologia, os resultados e, por fim, as considerações finais.

## 2 REVISÃO TEÓRICA

Nesta revisão teórica serão abordados os seguintes temas: padrões de beleza, mídias sociais e o papel das mídias sociais na disseminação de padrões estéticos.

### 2.1 Padrões de beleza

Ao longo da história, a busca pelo ideal de beleza tem sido uma constante, moldada de acordo com os valores e percepções de cada época. Com o passar dos séculos, o conceito de beleza sofreu diversas transformações, refletindo as mudanças culturais e sociais de cada período. Nos tempos modernos, impulsionada pelos avanços tecnológicos, essa busca se intensificou ainda mais, já que os procedimentos estéticos se tornaram progressivamente mais acessíveis e difundidos, ampliando as possibilidades de adequação aos padrões vigentes (Vaz et al., 2022).

A imagem do corpo grego, que permanece admirada e vista como um padrão estético contemporâneo, revela importantes aspectos dos ideais de beleza da época em que foi criada (Barbosa; Matos; Costa, 2011). A busca pelo corpo perfeito é frequentemente impulsionada pela necessidade de aceitação social e pelo desejo de agradar um potencial parceiro afetivo. Esse ideal estético se conecta ao visagismo, que utiliza técnicas voltadas para realçar a beleza natural, equilibrando e harmonizando as feições faciais, com o

objetivo de alinhar a imagem pessoal aos padrões de atratividade de vigentes. (Purper, 2022; Polli; Joaquim; Tagliamento, 2021).

A mídia exerce uma grande influência sobre o padrão de beleza atual, que, na maioria das vezes, é inacessível para a maior parte da população. Esse fato tem impactado diretamente o psicológico das pessoas, uma vez que a pressão para se adequar a esses padrões tem se intensificado cada vez mais. (Barbosa; Matos; Costa, 2011)

Com essa evolução vem a constante necessidade das pessoas de se sentirem incluídas nesse padrão e se sentirem satisfeitas consigo mesmas, elas buscam produtos e procedimentos para se adaptarem a isso. Modelar-se segundo um estereótipo, desprezando o conhecimento e o próprio interior, acaba impedindo que a verdadeira identidade se manifeste. Neste cenário, as pessoas estão em constante busca por procedimentos estéticos, buscando se sentirem incluídas e com a autoestima elevada, trazendo felicidade e satisfação pessoal (Pinto; Lima, 2024).

## 2.2 Mídias sociais

Hoje em dia, as redes sociais tornaram-se uma ferramenta poderosa de publicidade e divulgação. A internet, mídias sociais, aplicativos móveis e outros dispositivos digitais se tornaram parte do dia a dia da maioria da população em todo o mundo. “O Brasil é o principal consumidor de mídias sociais da América Latina e os smartphones são instrumentos dominantes para acesso aos aplicativos” (Pelet et al., 2024, p.3472). Assim, com o crescente advento dos smartphones e aumento significativo do uso de redes sociais, sobretudo de sites como Facebook e Twitter, as empresas sentiram, principalmente nos últimos anos, a necessidade de se adequar ao atual cenário

econômico e a fazer parte da esfera em que vive o consumidor. A utilização do marketing digital como estratégia de negócio pode transformar-se em um processo de aprendizado e interação contínua entre clientes e o mercado, facilitando, dessa forma, a comunicação entre eles (Costa et al., 2015, p. 5).

As mídias sociais fornecem um local popular para comunicação e compartilhamento de conteúdo entre as pessoas. Usando a rede social, os consumidores podem se comunicar com mais eficácia. Por exemplo, por meio de uma rede social, os clientes podem procurar a experiência de outros com produtos. Além disso, as mídias sociais criam um novo método para empresas e marcas buscarem novos métodos de obtenção e atração de clientes, especialmente os mais jovens (Saraiva, 2019).

A mídia, aqui vista como sinônimo de “meios de comunicação social”, é a mais perniciosa das influências. As modificações ocorridas na adolescência, tanto biológica como emocional, podem ser difíceis de lidar, como, por exemplo, o aumento de gordura corporal nas meninas no período pré-menárca e a perda do corpo e do papel e identidade infantil (Silva, 2020, p. 82). Conforme coloca De Brito Costa et al. (2019) as mídias sociais mais utilizadas pelos consumidores são: Facebook, YouTube, Twitter e Instagram. O quadro 1 apresenta detalhadamente uma breve descrição sobre cada uma dessas principais mídias sociais.

**Quadro 1 - Mídias Sociais**

MÍDIA	CARACTERÍSTICA
FACEBOOK	O Facebook é considerado atualmente a rede social mais utilizada pelos brasileiros. A plataforma tem um design simples que permite que o usuário criar um perfil, adicionar amigos e compartilhar conteúdo do seu interesse.

MÍDIA	CARACTERÍSTICA
YOUTUBE	Essa plataforma é considerada uma rede social que possui canais que possibilitam que os usuários sigam outros canais, compartilhem e recebam notificações com conteúdo gerados prioritariamente por meio de vídeos.
TWITTER	O Twitter é uma mídia social mais utilizada por meio de smartphones, traz o diferencial de fazer postagens curtas e diretas, possibilitando que usuários sigam outras contas dentro da plataforma.
INSTAGRAM	O Instagram é uma rede social que tem crescido em relação a quantidade de acessos, devido a utilização dessa rede por personalidades muito conhecidas no país (como atores e youtubers famosos). Os usuários podem postar imagens e vídeos sobre seu dia a dia ou temas de seu interesse, além disso a plataforma oferece as opções de curtir, comentar e direcionar o conteúdo de postagem a um outro usuário

Fonte: De Brito Costa et al., 2019.

Fazer parte das redes sociais, ou seja, utilizar as redes como ferramenta de comunicação com o mercado, é viver sempre alerta com a possibilidade de vivenciar momentos de crise. A maior parte ocorre justamente pelos comentários que são feitos sobre um produto, marca ou atendimento realizado. Como tudo é público, ou seja, pelo fato de ter potencialmente uma grande exposição, comentários positivos ou negativos podem tomar proporções maiores do que outros formatos e meios de comunicação (Costa et al., 2015).

O uso instantâneo de plataformas de mídia social pelos consumidores como entretenimento resultou em uma alta demanda de

marcas de moda nas redes sociais e esse envolvimento constante atua como um seguro para as marcas de que maiores chances dos consumidores verão seus produtos. Além disso, as marcas de moda podem considerar as mídias sociais como uma ferramenta de pesquisa de mercado porque lhes dá uma compreensão mais profunda da situação do mercado e as ajuda a obter conhecimento sobre os consumidores e suas necessidades (Bandeira, 2017). Usar a mídia social como uma ferramenta para facilitar e criar negócios é um método novo e crescente de empreendedorismo, com várias plataformas baseadas em mídia social que permitem que as marcas lancem com um investimento de capital mínimo, exibam seus produtos em um formato facilmente acessível e interajam com seus clientes potenciais. No Brasil, no entanto, os benefícios da mídia social são um pouco diferentes. Com as várias normas culturais e mentalidades, as mídias sociais são consideradas não apenas uma ferramenta de marketing para marcas existentes, mas também um fator motivador para o lançamento de novos negócios (Bandeira, 2017).

A mídia social permitiu que o consumidor médio tivesse muito mais interação com os estilistas. A mídia social é uma plataforma que atinge todo o mundo e tem um grande impacto na forma como os consumidores interagem com a indústria da moda. Por causa de sua popularidade, as mídias sociais se tornaram uma importante ferramenta de marketing devido à facilidade de acesso para consumidores e marcas (Pizeta; Severiano; Fagundes, 2016). Portanto, o crescimento das redes sociais criou uma nova geração de consumidores empoderados, capazes de trocar informações e influenciar os comportamentos e atitudes de outros consumidores (Soares et al., 2022).

## 2.3 O papel das mídias sociais na disseminação de padrões estéticos

As redes sociais têm exercido um papel central na forma como a sociedade enxerga a beleza e o corpo perfeito. Plataformas como Instagram, TikTok e Facebook transformaram-se em vitrines de padrões estéticos idealizados, muitas vezes inatingíveis, onde imagens retocadas e cuidadosamente editadas são apresentadas como realidades cotidianas. Esse fenômeno gera um impacto significativo no comportamento social, especialmente entre jovens e adultos que buscam alcançar esses padrões, associando frequentemente a aparência física ao sucesso e à aceitação social (Santos et al., 2023).

A crescente procura pelo consumo de produtos e procedimentos estéticos é um dos reflexos mais visíveis dessa influência. Dados mostram que a exposição constante a esses padrões nas redes sociais tem contribuído para o aumento na demanda por procedimentos como lipoaspiração, rinoplastia e implantes, visando corrigir “imperfeições” e se aproximar do corpo idealizado. Além disso, a popularização de filtros de embelezamento em aplicativos de fotos e vídeos também tem distorcido a percepção de como o corpo deve ser, criando uma ilusão que muitas vezes não corresponde à realidade, mas que se torna um alvo a ser alcançado. O consumo de produtos de beleza é um dos mercados que mais movimentam a economia, de acordo com Pinto e Lima (2024).

Tendo esse ponto em vista, o mercado da beleza consegue movimentar cerca de R\$130 bilhões por ano na economia brasileira. A pressão estética então, deixa de ser um aspecto somente social, mas também econômico, por isso a indústria midiática possui uma constante atuação para fortalecer os padrões disseminados socialmente, gerando

assim, lucros contínuos ao mercado e economia dos países (Pinto; Lima, 2024)

## 3 METODOLOGIA

Neste capítulo apresenta-se o método científico que será utilizado no desenvolvimento da pesquisa. De acordo com Gil (2008, p. 42) sobre o significado da pesquisa é que ela tem por objetivo fundamental “descobrir respostas para problemas, mediante o emprego de procedimentos científicos”.

Esta pesquisa do ponto de vista da sua natureza se classifica como pesquisa aplicada, já do ponto de vista da abordagem do problema será quantitativa por utilizar questionários com resposta fechadas autoadministrado objetivando avaliar o impacto que as mídias sociais podem causar em jovens. Quanto ao procedimento técnico classifica-se como survey, pois utiliza questionário. (Gil, 2002) A análise dos questionários será quantitativa e por fim, serão respondidos os objetivos anteriormente descritos na introdução do artigo.

Inicialmente foi realizada uma pesquisa bibliográfica para a revisão teórica. A pesquisa bibliográfica, considerada uma fonte de coleta de dados secundária, pode ser definida como: contribuições culturais ou científicas realizadas no passado sobre um determinado assunto, tema ou problema que possa ser estudado. (Gil, 2002).

O tipo de pesquisa a ser realizada foi a descritiva. O processo descritivo visa à identificação, registro e análise das características, fatores ou variáveis que se relacionam com o fenômeno ou processo. Esse tipo de pesquisa pode ser entendido como uma pesquisa de campo, na qual, após a coleta de dados, é realizada uma análise das relações entre as variáveis para uma posterior determinação dos efeitos resultantes. (Gil, 2002).

Também foi classificada como survey, que conforme Gerhardt e Silveira (2009, p. 39):

a pesquisa com survey pode ser referida como sendo a obtenção de dados ou informações sobre as características ou as opiniões de determinado grupo de pessoas, indicado como representante de uma população-alvo, utilizando um questionário como instrumento de pesquisa.

### 3.1 Pesquisa bibliográfica para fundamentação teórica

No quadro 2 foram apresentados os termos utilizados na estratégia de busca para mapear artigo utilizados na revisão teórica.

**Quadro 2 – Descritores selecionados**

<b>DeCS</b>	Padrões de beleza, estética, estereótipo, mídias sociais,
<b>MeSH</b>	Beauty standards, aesthetics, stereotype, social media,
<b>Linguagem natural</b>	Influência das mídias sociais; padrões estéticos

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

No quadro 3 apresentam-se as estratégias de busca utilizadas em cada base de dados de acordo com os descritores do quadro 2 e utilize os operadores booleanos AND e OR.

**Quadro 3 – Estratégia de busca em base de dados**

Base de dados	Estratégia utilizada
Google Acadêmico	"padrões de beleza" AND "mídias sociais" "estética" AND "jovens" mídias sociais AND padrões estéticos

Base de dados	Estratégia utilizada
Scielo	Padrões de beleza" AND "mídias sociais; "estética" AND "jovens"
Pubmed	("social media" AND "aesthetic standards")

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

Assim foram selecionados estudo recentes nos idiomas português sobre as temáticas padrões de beleza, mídias sociais e o papel das mídias sociais na disseminação de padrões estéticos.

### 3.2 Pesquisa de campo

Desta forma, o survey irá facilitar a identificação dos problemas que envolvem as mídias sociais e suas consequências para a saúde mental dos jovens. Para a amostra, foram considerados indivíduos, entre 18 a 30 anos, que utilizem redes sociais conforme quadro 1. A amostra será de conveniência, com cerca de 100 respondentes de ambos os sexos. Os respondentes foram abordados com envio de um questionário online, elaborado na plataforma Teams. A divulgação foi por meio dos aplicativos Whatsapp e Instagram. As categorias das questões foram sobre os seguintes temas: perfil sociodemográfico, utilização das redes sociais, motivações de utilização das redes sociais, relação do padrão de beleza e redes sociais. O questionário foi composto por 19 questões., o que levou cerca de 10 minutos para responder para as respostas das questões foram utilizadas a escala sim e não e de Likert.

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade FUMEC e aprovada sob CAAE 85340924.1.0000.5155. Os participantes foram convidados por meio da aplicação de um Termo de Consentimento

Livre e Esclarecido (TCLE) disponível no link:  
<https://forms.gle/E6rWP86VsLfwHHUq8>.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa teve como objetivo geral, analisar como as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens na atualidade. Assim, foi dividida em duas partes, a primeira parte busca identificar as principais as mídias sociais que influenciam no padrão de beleza na atualidade. A segunda parte visa relatar a influência dos padrões de beleza por meio das mídias sociais entre os jovens.

Incialmente, na pesquisa teórica, verificou-se que atualmente, as redes sociais se consolidaram como instrumentos extremamente eficazes para publicidade e promoção. A internet, as mídias sociais, os aplicativos móveis e outros recursos digitais passaram a fazer parte da rotina da maioria da população mundial. De acordo com Pelet et al. (2024, p. 3472), “o Brasil lidera o consumo de mídias sociais na América Latina, sendo os smartphones os dispositivos mais utilizados para acessar esses aplicativos”. Com a popularização dos smartphones e o expressivo crescimento do uso de redes sociais, especialmente plataformas como Facebook e Twitter, as empresas sentiram a necessidade, principalmente nos últimos anos, de se adaptarem ao novo cenário econômico e se inserirem no cotidiano dos consumidores. Assim, o marketing digital tornou-se uma estratégia fundamental, permitindo uma interação contínua entre empresas e clientes,

facilitando a comunicação entre ambos (Costa et al., 2015, p. 5).

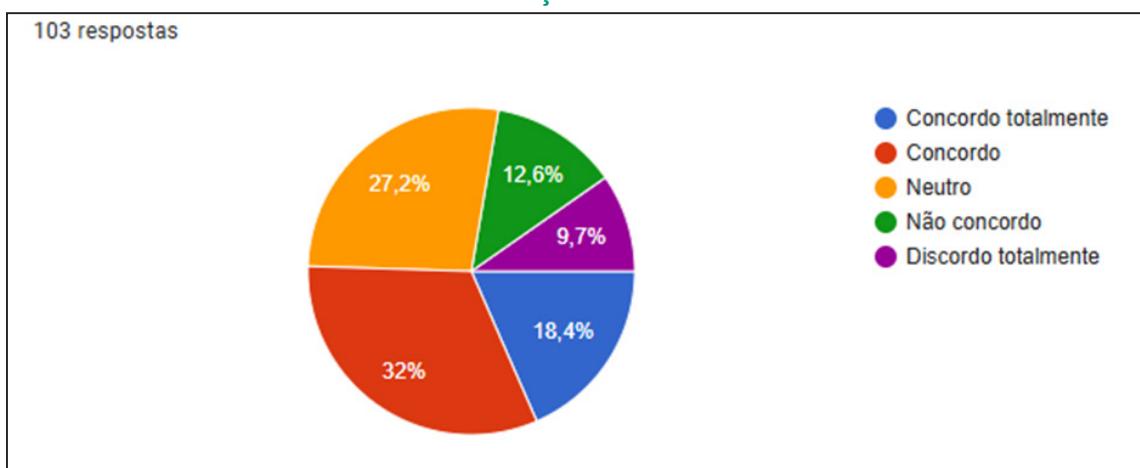
Na pesquisa, foi identificado como dados demográficos que 44,7% (46) dos respondentes tinham entre 18 a 21 anos, 29,1% (30) tinham entre 22 a 24; 18,4% (19) 25 a 27 anos; 7,8% (8) 28 a 30 anos. Quanto a escolaridade 66% (68) tem ensino superior; 25,2% (26) tem ensino médio; 8,7% (9) nenhuma escolaridade. Em relação ao uso das redes sociais, 83,5% (86) utilizam as redes sociais muito frequentemente e 16,5% (17) de modo frequente.

Foi então aplicado o TCLE aos participantes da pesquisa se os mesmos aceitaram participar. O uso de filtros de beleza nas mídias sociais tornou-se extremamente popular, permitindo que os usuários modifiquem suas aparências com apenas alguns cliques. Esses recursos ajustam traços faciais, suavizam a pele e alteram proporções, criando versões idealizadas da imagem pessoal. Embora possam ser divertidos e criativos, os filtros também têm alimentado padrões irreais de beleza, levando muitas pessoas a sentirem que precisam modificar suas fotos para se sentirem aceitas ou admiradas. Porém, como afirmam Comin, Soares e Mombelli (2024), a utilização exagerada desses recursos pode levar a um dismorfismo, e a criação de padrões irreais de beleza. Como mostra o Gráfico 1, dos respondentes, 32% (33) concordam que o uso de filtro de beleza nas redes sociais os deixa mais confortáveis para postar uma foto. Outros 27,2% (28) são neutros, 18,4% (19) concordam plenamente; 12,6% (13) não concordam e 9,7% (10) discordam totalmente.

**Tabela 1- Perfil sociodemográfico**

Variáveis	%	N
<b>Faixa etária</b>		
18 a 21	44,7	46
22 a 24	29,1	30
25 a 27	18,4	19
28 a 30	7,8	8
<b>Escolaridade</b>		
Ensino médio	25,2	26
Ensino superior	66	68
Pós-graduação	8,7	9

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

**Gráfico 1 - Utilização de Filtros de Beleza**

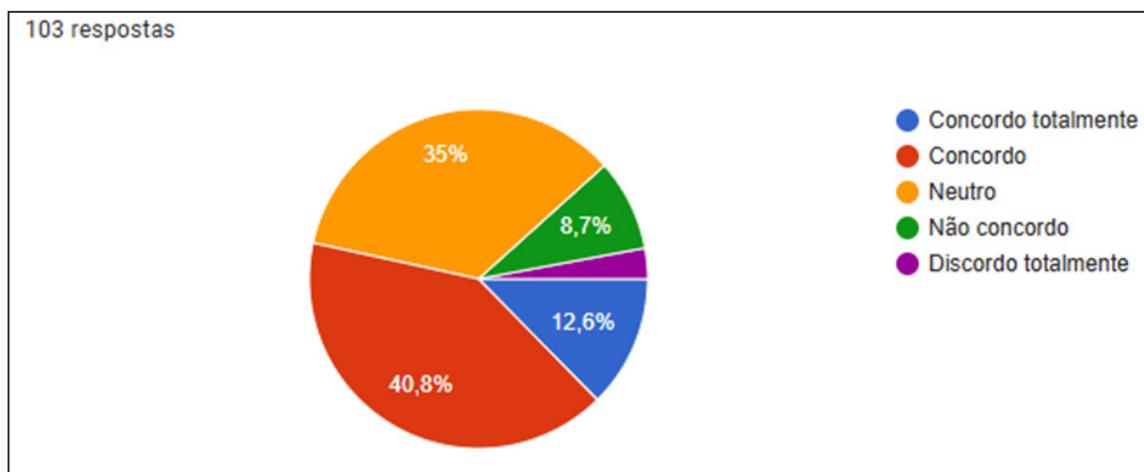
Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A mídia, entendida aqui como “meios de comunicação social”, é uma das influências mais presentes no dia a dia. As mudanças biológicas e emocionais características da adolescência podem ser difíceis de enfrentar, como o aumento da gordura corporal em meninas antes da menarca e a perda da identidade infantil (Silva, 2020, p. 82). Segundo De Brito Costa et al. (2019), as plataformas sociais mais populares entre os consumidores são: Facebook, YouTube, Twitter e Instagram.

Antes da explosão das redes sociais, a autoestima era, em grande parte, construída a partir de relações presenciais e experiências pessoais. A ausência de comparação constante com imagens editadas permitia que as pessoas desenvolvessem uma autopercepção mais sólida e

menos influenciada por padrões externos. A autoestima se fortalecia por meio de conquistas pessoais, reconhecimento familiar e relações sociais mais autênticas, sem a necessidade de validação imediata por meio de curtidas ou comentários. Isso pode ser confirmado na pesquisa. Conforme mostra o Gráfico 2, na qual 40,8% (42) dos respondentes concordam que sem as redes sociais sua autoestima seria melhor. Outros 35% (36) são neutros, 12,6% (13) concordam totalmente; 8,7% (9) não concordam e 2,9% (3) discordam totalmente dessa asseveração.

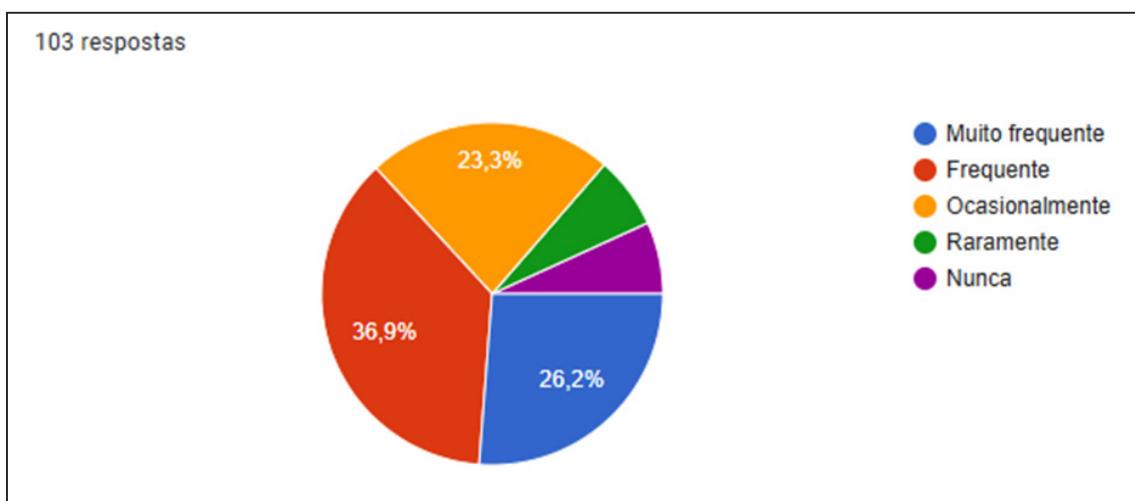
**Gráfico 2 – Melhora da autoestima sem as redes sociais**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Como colocado por Matos e Godinho (2024) e Moura et al. (2024), a pressão dos padrões de beleza impostos pelas redes sociais atinge com força especial as jovens mulheres, que se veem constantemente expostas a imagens idealizadas e inalcançáveis. Muitas vezes, essas representações sugerem que a felicidade e o sucesso estão ligados a uma aparência perfeita, gerando sentimentos de inadequação, ansiedade e baixa autoestima. A busca incessante para atender a esses padrões tem levado a um aumento nos casos de distúrbios alimentares, depressão e insatisfação corporal entre esse público. O Gráfico 3, apresenta a opinião dos respondentes, no qual 36,9% (38) se sentem frequentemente sujeitos a pressão dos padrões de beleza impostos pelas redes sociais. Outros 26,2% (27) indicaram muito frequentemente; 23,3% (24) que ocasionalmente, 6,8% (7) que raramente e 6,8% (8) que nunca se sentem pressionados.

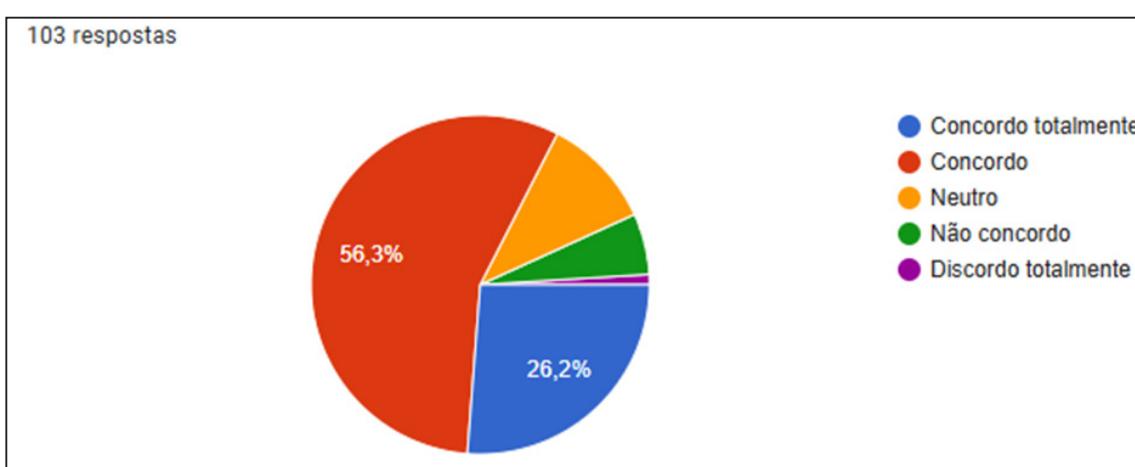
**Gráfico 3 - Pressão dos padrões de beleza impostos pelas redes sociais**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

As mídias sociais exercem uma influência poderosa sobre jovens mulheres, moldando suas percepções sobre o que é considerado belo ou aceitável. Ao seguir influenciadoras, celebridades e marcas que promovem corpos e estilos de vida perfeitos, muitas jovens acabam internalizando padrões irreais como objetivos pessoais. Essa influência impacta não apenas a imagem corporal, mas também a autoestima, o comportamento social e as escolhas de consumo, criando uma dependência emocional da aceitação virtual, como afirmam Purper (2022) e Polli, Joaquim e Tagliamento (2021). O Gráfico 4 mostra que 56,3% (58) dos respondentes concordam que existe uma grande influência das mídias sociais sobre eles. Outros 26,2% (27) concordam totalmente; 10,7% (11) são neutros; 5,8% (6) não concordam, e 1% (1) discorda totalmente dessa afirmativa.

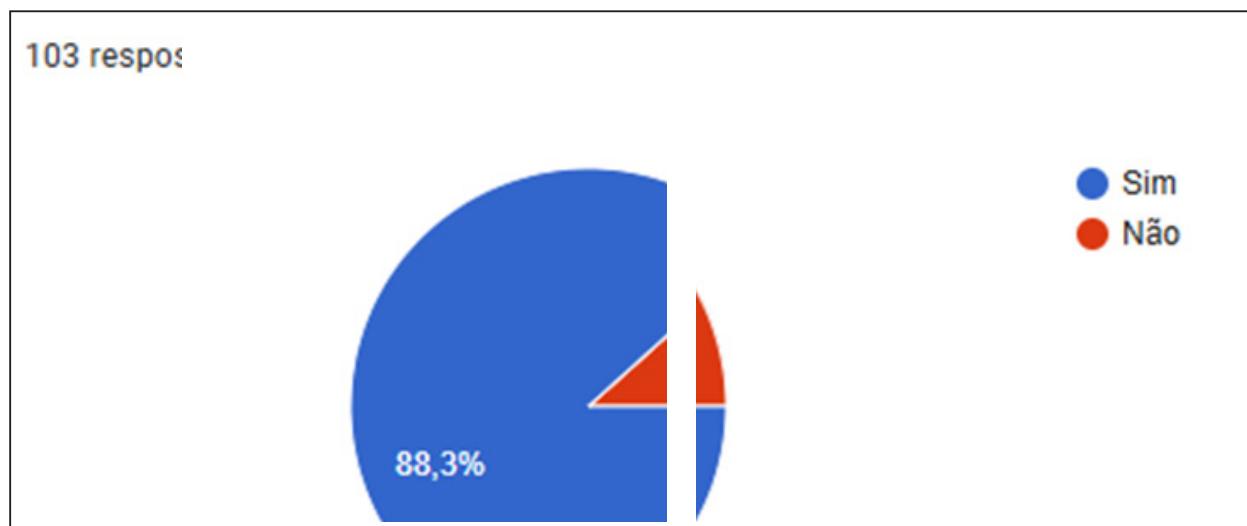
**Gráfico 4 – As mídias sociais exercem influência sobre você**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Atualmente, as mídias sociais desempenham um papel central na definição dos padrões de beleza entre os jovens. Plataformas como Instagram, TikTok e Snapchat promovem estéticas específicas que rapidamente se tornam tendências, incentivando a busca por corpos esculturais, peles impecáveis e estilos de vida altamente estilizados (Comin; Soares; Mombelli, 2024). Essa constante exposição molda a maneira como os jovens se enxergam e como percebem os outros, muitas vezes criando uma pressão silenciosa para se adaptarem a padrões que são, na maioria das vezes, inatingíveis (Santos et al., 2023). Quando questionados se as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens na atualidade, 49,5% (51) afirmam que as mídias atuam promovendo padrões irreais de beleza e impactando a autoestima; 31,2% (32) que estimulam procedimentos estéticos e cirurgias plásticas; 16,5% (17) influenciam as tendências de moda, maquiagem e cuidados com a pele; e 2,9% (3) que incentiva a utilização de filtros e edições, como mostra o Gráfico 5.

**Gráfico 5 - Como as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens**



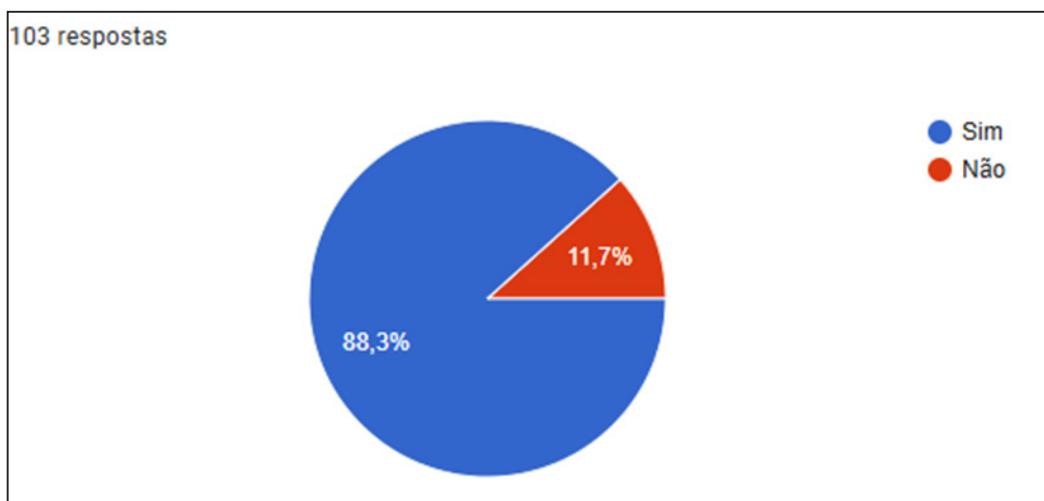
Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

As mídias sociais têm exercido uma influência significativa sobre as mulheres jovens, reforçando ideais estéticos padronizados e, muitas vezes, inatingíveis. O constante bombardeio de imagens de corpos perfeitos e estilos de vida idealizados cria uma realidade distorcida, onde a aparência física é frequentemente associada ao sucesso e à felicidade. Essa exposição contínua, impulsionada pela dinâmica de curtidas, comentários e compartilhamentos, intensifica a pressão para que as jovens moldem suas identidades de acordo com padrões de beleza muitas vezes artificiais e irreais (Silva; Almeida, 2022).

Além disso, o consumo diário de conteúdos nas redes sociais faz com que as mulheres jovens comparem suas vidas e aparências a modelos inatingíveis apresentados online. Influenciadoras, celebridades e marcas propagam imagens altamente editadas e filtradas, moldando o conceito de beleza para essa geração. Esse cenário contribui para o surgimento de problemas de autoestima, insatisfação corporal e transtornos psicológicos, evidenciando o impacto profundo que as mídias sociais exercem sobre o bem-estar e a autoimagem feminina.

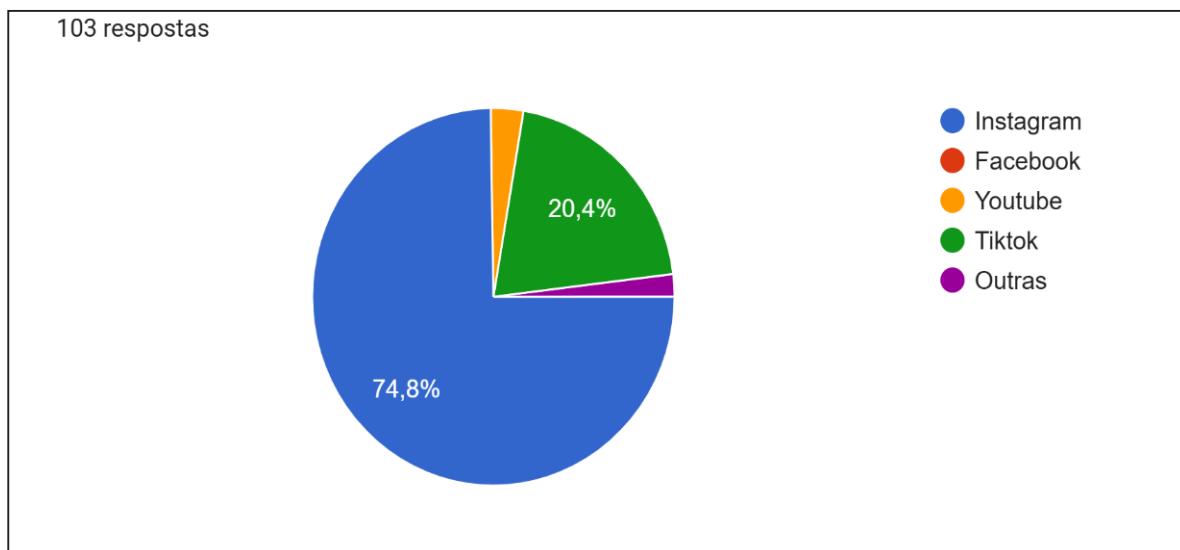
(Ferreira; Santos, 2022). Dessa forma, como mostrado no Gráfico 6, para 88,3% (91) dos respondentes, as mídias sociais exercem influência. Outros 11,7% (12) afirmam que as mídias sociais não exercem nenhuma influência.

**Gráfico 6 – As mídias sociais exercem influência sobre você**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

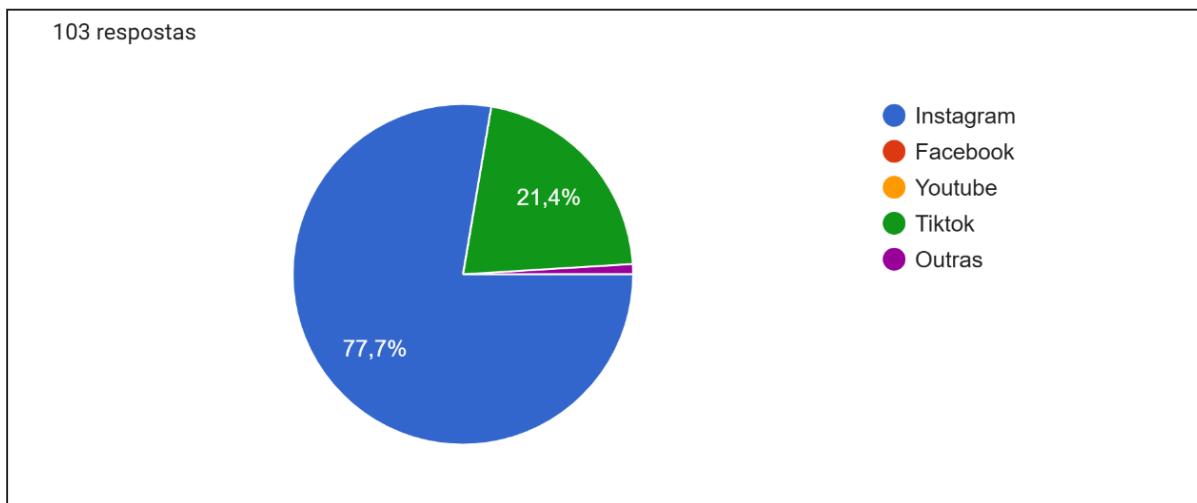
**Gráfico 7 – Principais mídias sociais**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

O gráfico 7 apresenta os resultados sobre a principal mídia social dos respondentes. Ficou evidente que o Instagram domina como plataforma preferida, com 74,8 % (77) das escolhas. O TikTok aparece em segundo lugar das escolhas sendo mencionado por 20,4 % (21) dos participantes e o Youtube representa 2,9 (3). Outras mídias sociais representam 1,9 (2) mas não foram especificadas.

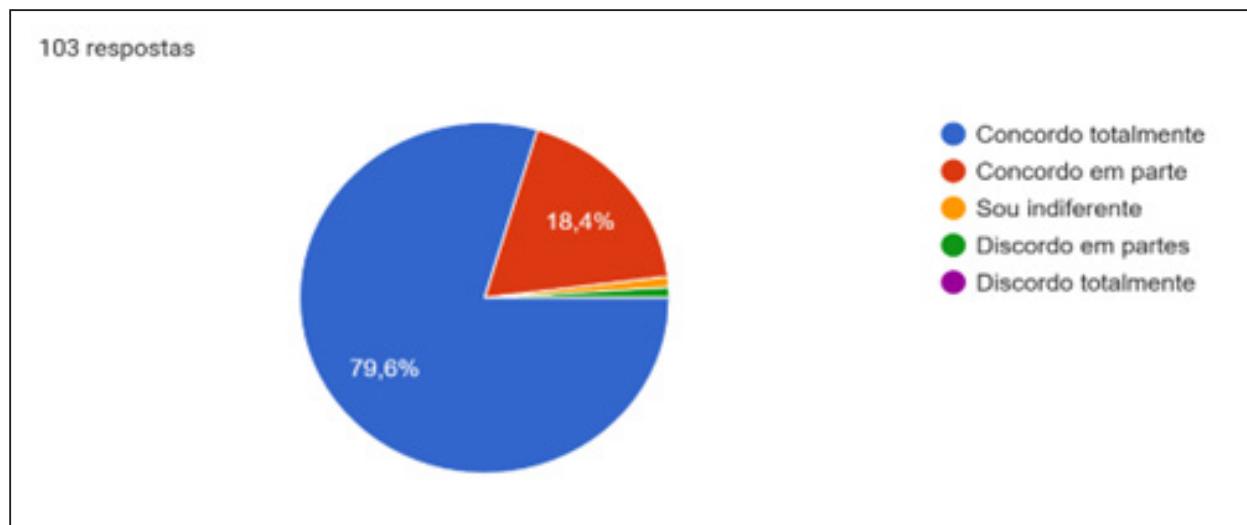
**Gráfico 8 – Principais mídias que influenciam nos padrões de beleza**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

O gráfico 8 representa respostas sobre as mídias sociais que mais influenciam nos padrões de beleza na atualidade. O Instagram aparece como plataforma dominante sendo mencionado por 77,7 % (80), o Tik Tok é a segunda mídia mais citada com 21,4 (22), já a categoria outras recebeu 1% (1) das menções, enquanto Facebook e Youtube não foram escolhidos como influentes nesse aspecto.

**Gráfico 9 – Consequências da influência das mídias sociais**



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

O gráfico 9 mostra apercepção dos participantes sobre o impacto dos padrões de beleza promovidos pelas redes sociais na saúde mental. A grande maioria 79,6 % (82), concordo totalmente que esses padrões podem gerar consequências negativas, como problemas de autoestima,

questões emocionais e distúrbios. Outros 18,4% (19) concordam em parte, enquanto apenas 1% (1) discorda parcialmente.

Verifica-se assim, que as redes sociais representam hoje espaços amplamente utilizados para interação e compartilhamento de informações entre os usuários. Por meio dessas plataformas, os consumidores conseguem trocar experiências de maneira mais eficiente. Um exemplo disso é a busca por avaliações de produtos feitas por outros consumidores. Além disso, as mídias sociais introduziram novas formas para as marcas conquistarem e fidelizarem clientes, especialmente o público jovem (Saraiva, 2019).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluindo, esta pesquisa teve como objetivo analisar como as mídias sociais influenciam os padrões de beleza entre os jovens na atualidade, tendo como base uma fundamentação teórica consistente e os dados obtidos por meio de uma pesquisa de campo. Os resultados evidenciaram que plataformas como Instagram e TikTok têm um papel expressivo na formação de padrões estéticos, promovendo imagens idealizadas que afetam diretamente a autoestima, a autoimagem e o bem-estar psicológico dos jovens. A maioria dos respondentes reconheceu sentir-se influenciada por esses padrões, demonstrando uma correlação entre o consumo constante de conteúdos visuais nas redes e a percepção distorcida sobre o próprio corpo.

Por conseguinte, observou-se que o uso excessivo de filtros e o contato frequente com influenciadores e celebridades reforçam um ideal de beleza muitas vezes inatingível. Tal contexto contribui para sentimentos de inadequação, ansiedade e desejo por intervenções estéticas, como apontado na literatura e confirmado pelos participantes.

É urgente, portanto, promover um ambiente digital mais saudável, pautado pela diversidade corporal, representatividade e responsabilidade na criação e compartilhamento de conteúdo.

Em virtude disso, sugerem-se algumas ações: ampliar campanhas educativas voltadas ao uso consciente das redes sociais, fortalecer a presença de conteúdos que valorizem a beleza real e plural, e capacitar profissionais da estética, saúde e educação para lidarem com as demandas geradas por essa pressão midiática. A escola, a família e os próprios criadores de conteúdo também devem ser agentes ativos nesse processo de transformação cultural.

Como limitações do estudo, destaca-se a amostra reduzida e a concentração geográfica dos participantes, o que limita a generalização dos achados. Além disso, por tratar-se de uma abordagem quantitativa, aspectos subjetivos da vivência dos jovens frente às redes sociais não foram plenamente explorados.

Por fim, este estudo reforça a importância de compreendermos criticamente o papel das mídias sociais na perpetuação de padrões de beleza, propondo caminhos que favoreçam uma relação mais equilibrada e saudável com a imagem corporal na era digital. Ao final do estudo, recomenda-se duas sugestões de temas para pesquisas futuras:

1- Investigar o impacto de perfis e movimentos que promovem a aceitação corporal e a diversidade estética nas redes sociais, avaliando seu potencial para fortalecer a autoestima e combater os padrões de beleza impostos;

2- Realizar estudos qualitativos que explorem a experiência subjetiva dos jovens em relação à pressão estética nas redes sociais, com foco nas emoções envolvidas, estratégias de enfrentamento e efeitos a longo prazo na identidade pessoal.

- BANDEIRA**, Marilia Vieira. **O uso estratégico do Instagram por influenciadores digitais: um estudo de caso de Duda Fernandes**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Social - Publicidade e Propaganda) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2017. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/17772>. Acesso em: 01 out. 2024.
- BARBOSA**, M. R.; **MATOS**, P. M.; **COSTA**, M. E. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. **Psicologia & Sociedade**, v. 23, n. 1, p. 24-34, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>. Acesso em: 01 out. 2024.
- DE BRITO COSTA**, M. E. R. S.; **RIBEIRO**, U. P.; **DE OLIVEIRA**, R. C. R.; **TELES**, B. B.; **DE SANTANA**, D. P. Estratégias de Marketing Digital para fortalecer o Relacionamento com o cliente em uma Empresa do Segmento fitness. **Congresso de Gestão, Negócios e Tecnologia da Informação – CONGENTI**, [S. l.], 2019. Disponível em: <https://eventos.set.edu.br/congenti/article/view/9646>. Acesso em: 13 out. 2024.
- COSTA**, L.; **DIAS**, M.; **SANTOS**, E.; **ISHII**, A.; **DE SÁ**, J. A evolução do marketing digital: uma estratégia de mercado. In: ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO. PERSPECTIVAS GLOBAIS PARA A ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, 25., 2015, Fortaleza. **Anais** [...]. Fortaleza, 2015. Disponível em: [/efaidnbmnnibpcajpcgkclefindmkaj/http://www.abepro.org.br/biblioteca/TN\\_STO\\_212\\_259\\_27165.pdf](http://efaidnbmnnibpcajpcgkclefindmkaj/http://www.abepro.org.br/biblioteca/TN_STO_212_259_27165.pdf). Acesso em: 01 out. 2024.
- COMIN**, B. C.; **SOARES**, N. M.; **MOMBELLI**, M. A. Mundo virtual e saúde mental: influência das mídias sociais na autoimagem dos adolescentes. **Revista de Gestão e Secretariado**, [S. l.], v. 15, n. 5, p. e3727, 2024. DOI: 10.7769/gesec.v15i5.3727. Disponível em: <https://ojs.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/3727>. Acesso em: 22 set. 2024.
- FERREIRA**, A. P.; **SANTOS**, C. M. A terapia e a autoaceitação: um caminho para a saúde mental das mulheres. **Revista de Saúde Mental**, 2020.
- GERHARDT**, T.; **SILVEIRA**, D. **Métodos de Pesquisa**. Universidade Aberta Do Brasil – Uab/Ufrgs. Porto Alegre: Editora Da UFRGS, 2009.
- GIL**, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. Editora Atlas SA, 2008.
- GIL**, Antonio Carlos et al. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.
- MATOS**, K. A.; **GODINHO**, M. O. D. A influência do uso excessivo das redes sociais na saúde mental de adolescentes: uma revisão integrativa. **Revista Foco**, [S. l.], v. 17, n. 4, p. e4716, 2024. DOI: 10.54751/revistafoco.v17n4-035. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/4716>. Acesso em: 22 set. 2024.
- MOURA**, Armando Silva da et al. A Relação Entre o Uso Excessivo de Redes Sociais e a Saúde Mental dos Jovens. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 7, p. 2602-2611, 2024. Disponível em: <https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/2711/2889> Acesso em: 22 set. 2024.
- PELET**, S.; **BORGES**, D.; **PEREIRA**, L.; **REIS**, D.; **MENDONÇA**, M.; **ANDRADE**, R.; **SILVA**, I. A influência das mídias sociais nas tendências estéticas dentais e faciais: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 9, p. 3470-3500, 2024. Disponível em: <https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/3626/3766>. Acesso em: 01 set. 2024.
- PINTO**, Isabella Silva; **LIMA**, Danielle Guglieri. Redes sociais. **Revista Estudos e Negócios Acadêmicos**, v. 4, n. 7, p. 125-134, 2024.
- PONTES**, J. **Digital influencers na constituição de padrões de beleza de Jovens adolescentes brasileiras: imagem de si e cirurgias estéticas**. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Educação Jesuítica) - Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Rio Grande do Sul, 2021. Disponível em: <http://www.repository.jesuita.org.br/handle/UNISINOS/12365>. Acesso em: 14 set. 2024.
- PIZETA**, D. S.; **SEVERIANO**, W. R.; **FAGUNDES**, A. J. Marketing Digital: A utilização das mídias sociais como canal de comunicação impulsionando a compra do consumidor. **Revista Ambiente Acadêmico**, v. 2, n. 1, p. 6-26, 2016. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2018/04/revista-ambiente-academico-edicao-3-artigo-1.pdf>. Acesso em: 01 out. 2024.
- POLLI**, Gislei Mocelin; **JOAQUIM**, Bianca Oliveira; **TAGLIAMENTO**, Grazielle. Representações sociais e práticas corporais: influências do padrão de beleza. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 73, n. 3, p. 54-69, 2021.

- PURPER**, Karine Ruoso Luchese. **As influências nos padrões de beleza feminina através da história: revisão narrativa da literatura.** 29 f. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Biomedicina) - Universidade de Santa Cruz do Sul, 2002. Disponível em : <https://repositorio.unisc.br/jspui/handle/11624/3485>. Acesso em: 23 out. 2024.
- SARAIVA**, Piedley. Marketing Digital: A Utilização das Mídias Sociais como um Canal de Comunicação no Varejo de Moda de Barbalha-CE. **Id on Line Rev. Mult. Psic.**, v. 13, n. 44, p. 486-507, 2019. Disponível em: <file:///C:/Users/User/Downloads/1638-6175-1-PB.pdf>. Acesso em: 01 out. 2024.
- SILVA**, P. Influência da mídia na autoimagem de adolescentes: uma análise do discurso nas redes sociais. **Revista Philologus**, Rio de Janeiro, ano 26, n. 76, jan./abr. 2020. Disponível em: <https://revistaphilologus.org.br/index.php/rph/article/view/500/535>. Acesso em: 01 set. 2024.
- SALES**, S. S.; COSTA, T. M. da; GAI, M. J. P. Adolescents in the Digital Age: Impacts on Mental Health. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 9, p. e15110917800, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.17800. Disponível em: <https://rsdjurnal.org/index.php/rsd/article/view/17800>. Acesso em: org/index.php/rsd/article/view/17800. Acesso em: 18 set. 2024.
- SANTOS**, Isabela Vieira Pereira et al. A influência das mídias e redes sociais na saúde mental dos jovens. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 1, p. 3771-3784, 2023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/57364/41969>. Acesso em: 15 set. 2024.
- SOARES**, W. D.; OLIVEIRA, F. S.; ALMEIDA JÚNIOR, J. C. S.; ALCÂNTARA, G. V. Influenciadores digitais na concepção da estética e nos hábitos alimentares de jovens e adultos. **RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 14, n. 91, p.1391-1396, 2022. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1584>. Acesso em: 01 set. 2024
- VAZ**, S. R., et al. Cirurgia Plástica e a Autoestima: Uma Análise do Impacto de Cirurgias Estéticas sobre a Autoimagem do Paciente. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v.1, n.01 jun, [Edição Especial], 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10506/4307>. Acesso em: 1 jun 2024

# ANSIEDADE E DISTÚRBIOS CAPILARES: UMA ANÁLISE SOBRE A INFLUÊNCIA DA SAÚDE MENTAL NA TEXTURA E VITALIDADE DOS CABELOS

ANXIETY AND HAIR  
DISORDERS: AN ANALYSIS  
OF THE INFLUENCE OF  
MENTAL HEALTH ON HAIR  
TEXTURE AND VITALITY<sup>1</sup>

Bárbara de Medeiros Silva<sup>2</sup>  
[babimed10@gmail.com](mailto:babimed10@gmail.com)

Beatriz da Silva Dias<sup>3</sup>  
[beatrizzdasilvadias10@gmail.com](mailto:beatrizzdasilvadias10@gmail.com)

Data de submissão: **03/06/2025**

Data de aprovação: **12/09/2025**

R E S U M O

**Introdução:** A sociedade moderna, com ritmo acelerado e exigências constantes, tem elevado a incidência de transtornos mentais (TMC) como estresse, ansiedade e depressão, prejudicando a saúde física e emocional. A alopecia areata (AA), caracterizada pela queda capilar, é frequentemente associada ao estresse emocional, afetando autoestima e identidade, especialmente entre mulheres. A pandemia de COVID-19 intensificou esses problemas, agravando a queda de cabelo e evidenciando a necessidade de compreender a relação entre saúde mental e vitalidade capilar. **Objetivo:** Analisar a influência da saúde mental na textura e vitalidade dos cabelos. **Metodologia:** Pesquisa qualitativa e exploratória, baseada em revisão bibliográfica. Foram selecionados artigos e livros dos últimos 20 anos, em português e inglês, de bases como Google Acadêmico, SciELO, BVS e PubMed, com foco na relação entre estresse, saúde mental e saúde capilar. **Resultados:** Dez estudos indicaram que o estresse crônico e o aumento do cortisol alteram o ciclo capilar, especialmente a fase anágena, provocando queda de cabelo. A COVID-19 agravou esse quadro ao estimular respostas inflamatórias que afetam os folículos pilosos. Intervenções psicológicas e tratamentos estéticos mostraram eficácia na recuperação capilar e no suporte emocional dos pacientes. **Conclusão:** A saúde mental exerce influência significativa sobre a textura e vitalidade dos cabelos. Estresse e ansiedade alteram processos fisiológicos capilares, tornando indispensável uma abordagem integrada entre estética e saúde mental para o tratamento da alopecia. Estudos

<sup>1</sup> Artigo apresentado como requisito parcial para conclusão do Curso de Bacharelado em Estética.

<sup>2</sup> Bacharelado em Estética  
Universidade FUMEC

<sup>3</sup> Bacharelado em Estética  
Universidade FUMEC



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

multidisciplinares são recomendados para aprofundar essa compreensão e aprimorar as práticas terapêuticas. Essas evidências reforçam a importância de estratégias integradas e abordagens personalizadas para o bem-estar capilar.

**Palavras-chave:** saúde mental; alopecia; cortisol; saúde capilar e estética.

## A B S T R A C T

**Introduction.** Modern society, with its fast-paced lifestyle and constant demands, has led to an increase in common mental disorders (CMD) such as stress, anxiety, and depression, which negatively affect both physical and emotional health. Alopecia areata (AA), characterized by hair loss, is often associated with emotional stress, impacting self-esteem and identity, especially among women. The COVID-19 pandemic intensified these issues, worsening hair loss and highlighting the need to understand the relationship between mental health and hair vitality. **Objective.** To analyze the influence of mental health on hair texture and vitality. **Methodology.** A qualitative and exploratory study based on a literature review. Articles and books published over the last 20 years in Portuguese and English were selected from databases such as Google Scholar, SciELO, BVS, and PubMed, focusing on the relationship between stress, mental health, and hair health. **Results.** Ten studies showed that chronic stress and increased cortisol levels alter the hair cycle, especially the anagen phase, leading to hair loss. COVID-19 worsened this condition by triggering inflammatory responses that affect hair follicles. Psychological interventions and aesthetic treatments proved effective in promoting hair recovery and providing emotional support to patients. **Conclusion.** Mental health significantly influences hair texture and vitality. Stress and anxiety alter physiological processes in the scalp, making an integrated approach between aesthetics and mental health essential for treating alopecia. Multidisciplinary studies are recommended to deepen understanding and improve therapeutic practices. These findings reinforce the importance of integrated strategies and personalized approaches for hair well-being.

**Keywords:** mental health; alopecia; cortisol; hair health and aesthetics.

## 1 INTRODUÇÃO

Na sociedade moderna, com seu ritmo acelerado, as constantes mudanças e exigências crescentes têm contribuído para a formação de sentimentos de ameaça e inadequação em relação ao trabalho, às relações pessoais e ao autocuidado. Do ponto de vista da saúde, essa rotina tem levado ao aumento de patologias sociais, classificadas como Transtornos Mentais Comuns (TMC), como o estresse, a depressão e a ansiedade. O comprometimento emocional é um fator que contribui para a queda de cabelo. Segundo Godinho, Andreoli e Yazigi, (2009). o estresse emocional tem sido frequentemente relacionado à alopecia areata, uma doença dermatológica crônica caracterizada pela perda de pelos e cabelos.

A psicologia social pode fornecer insights sobre as implicações desses fenômenos nas

percepções sociais relativas à alopecia e aos padrões de beleza socialmente construídos. O corpo é uma experiência pessoal e, ao mesmo tempo, um objeto social, moldado pelas normas presentes nas interações diárias. Essa dualidade torna o corpo um tema de estudo importante para a psicologia social, especialmente no contexto da teoria das representações sociais - TRS. (Justo; Camargo; Alves, 2014).

Em uma pesquisa realizada por Prado e Neme (2008), com mulheres que sofrem de alopecia areata (AA), foi identificada a presença de sintomas depressivos associados à baixa autoestima, intensificados com o surgimento da doença. As participantes atribuíram diferentes significados individuais à sua condição. Esse estudo também apontou um afastamento social moderado, o que, segundo as autoras, indica uma autoestigmatização associada à perda de cabelo, considerada uma perda estética. Outro achado relevante

foi a preocupação das participantes com a preservação de sua identidade feminina e a melhora da aparência. A alopecia areata (AA) corresponde a cerca de 2% das consultas dermatológicas iniciais no Reino Unido e nos Estados Unidos. A prevalência de AA nos EUA, entre 1971 e 1974, variou de 0,1% a 0,2% da população. Algumas pesquisas estimam que aproximadamente 1,7% da população experiência ao menos um episódio de AA ao longo da vida. (Rivitti, 2005). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2019, quase um bilhão de pessoas, incluindo 14% dos adolescentes em todo o mundo, sofriam de algum transtorno mental. Durante o primeiro ano da pandemia, os casos de depressão e ansiedade aumentaram em mais de 25%. (Organização Pan-americana de Saúde, 2024). Um estudo realizado por Oh-yama, Matsudo e Fujita (2022), indicou que a COVID-19 causou diversas sequelas à sociedade, incluindo a perda de cabelo, que pode ser atribuída a fatores genéticos, autoimunidade, estresse, vacinação, entre outros. A prevalência de queda de cabelo associada à COVID-19 foi relatada entre 6% e 28,6%.

Altos níveis de ansiedade e estresse liberam substâncias como o cortisol. O estresse, assim como episódios traumáticos, pode provocar desequilíbrios psicológicos resultando em queda capilar. O presente trabalho levantará as causas e tratamentos dessa condição que tanto afeta pessoas de todas as idades e de todo o mundo. Neste contexto coloca-se como questão de pesquisa: **Como a saúde mental influencia na textura e vitalidade dos cabelos?**

O objetivo geral é: analisar a influência da saúde mental na textura e vitalidade dos cabelos. Os objetivos específicos: 1) levantar os principais aspectos relacionados a alopecia na atualidade; 2) realizar uma pesquisa

bibliográfica sobre como a ansiedade, os distúrbios mentais e o alto nível de cortisol no organismo podem provocar a queda capilar.

## 1.1 Justificativa

A relevância deste projeto de pesquisa se fundamenta na necessidade crescente de compreender a interseção entre saúde mental e estética, especialmente em um contexto urbano onde a aparência física e a autoimagem desempenham papéis significativos na vida social e pessoal. A alopecia areata, uma condição que afeta a autoestima e a identidade feminina, é um exemplo claro de como questões dermatológicas podem estar intimamente ligadas a fatores psicológicos, como a ansiedade e o estresse.

Este estudo justifica-se pela necessidade de investigar como a ansiedade e a depressão impactam os distúrbios capilares, uma questão que afeta indivíduos de todas as idades em todo o mundo. A literatura aponta que altos níveis de ansiedade e estresse desencadeiam a liberação de substâncias como o cortisol, que, por sua vez, podem provocar desequilíbrios psicológicos e resultar na queda de cabelo. (Margis, 2003)

Diante desse contexto, é essencial levantar não apenas as causas, mas também os tratamentos disponíveis para essa condição. A conscientização sobre a relação entre saúde mental e saúde capilar é fundamental, pois muitas pessoas desconhecem os efeitos que fatores emocionais podem ter sobre a aparência e a autoestima. Ao aprofundar essa investigação, o presente trabalho busca contribuir para uma melhor compreensão dos fenômenos que interligam saúde mental e distúrbios capilares, promovendo um maior conhecimento e uma conscientização

necessária sobre a importância de cuidar da saúde mental para o bem-estar geral.

A investigação das relações entre saúde mental, níveis de estresse e a condição do cabelo é vital para promover intervenções adequadas e estratégias de apoio a indivíduos afetados. Através da análise da influência da saúde mental na textura e vitalidade dos cabelos, este projeto pretende contribuir para o entendimento dos mecanismos que interligam esses fenômenos, além de possibilitar a criação de programas de conscientização e suporte psicológico. Assim, a pesquisa se justifica não apenas pela relevância acadêmica, mas também pela possibilidade de impactar positivamente a vida de muitas pessoas que enfrentam essas questões cotidianamente. (Godinho; Andreoli; Yazigi, 2009)

Este artigo está organizado em cinco seções: uma introdução, seguida por uma revisão teórica, a metodologia utilizada, os resultados obtidos e, por fim, as referências.

## 2 REVISÃO TEÓRICA

Nesta revisão, abordaremos as seguintes temáticas: a vitalidade dos cabelos, a relação entre ansiedade e saúde mental, e, por fim, a atuação do esteticista na promoção da saúde e vitalidade capilar.

### 2.1 Vitalidade dos cabelos

O cabelo é um elemento essencial para a autoestima e, embora não tenha uma função vital no corpo, serve como um indicador de saúde geral. Nesse sentido, o cabelo pode ser considerado um sistema integrado que depende de diversos fatores, como a boa saúde, uma alimentação equilibrada, um

estilo de vida saudável, o ambiente, a microbiota intestinal, o couro cabeludo, o estado emocional, o metabolismo e o DNA. Além desses aspectos, a genética capilar oferece uma compreensão detalhada das necessidades individuais, permitindo tratamentos mais precisos e personalizados. (Cavalli; Antunes, 2024).

Os cabelos, estruturas compostas principalmente por queratina, possuem necessidades específicas para manter sua saúde e vitalidade. De acordo com Cruz et al. (2020), uma nutrição equilibrada é fundamental para suprir as exigências dos fios, garantindo resistência, elasticidade e brilho. A carência de certos nutrientes, como vitaminas e minerais, pode comprometer a integridade capilar, resultando em enfraquecimento, queda e ressecamento dos fios.

Entre os nutrientes essenciais, destacam-se as proteínas, que fornecem os aminoácidos necessários para a síntese de queratina, além de vitaminas do complexo B, como a biotina, que ajuda a prevenir a queda. Minerais como ferro e zinco também são cruciais para a divisão celular nos folículos pilosos e para a oxigenação adequada do couro cabeludo. Além disso, antioxidantes como as vitaminas C e E são importantes para proteger o cabelo dos danos causados pelos radicais livres. Dessa forma, além de cuidados tópicos, a nutrição adequada é indispensável para manter cabelos saudáveis e fortes. (Cruz et al., 2020)

A saúde do couro cabeludo e do cabelo é moldada por uma combinação de fatores genéticos e ambientais. Os fatores genéticos definem características como a espessura, textura e cor dos fios, enquanto fatores ambientais, como a exposição ao sol, poluição e alimentação, podem afetar tanto o couro cabeludo quanto os cabelos. A compreensão

dessa interação é fundamental para explicar as variações individuais na saúde capilar. (Macedo; Macedo, 2024).

A intersecção entre saúde capilar e saúde mental é um tema que vem ganhando destaque nas discussões sobre bem-estar geral, especialmente à luz das inovações e práticas na tricologia contemporânea, conforme abordado por Macedo e Macedo (2024). Esses autores ressaltam a importância de entender os cabelos não apenas como um aspecto estético, mas como um reflexo da saúde física e mental do indivíduo.

Estudos, como o de Barazzetti et al. (2019), evidenciam que condições como a alopecia androgênica podem desencadear problemas emocionais significativos, como baixa autoestima, ansiedade e depressão. A perda de cabelo, além de impactar a autoimagem, pode resultar em um isolamento social, uma vez que muitos indivíduos se sentem envergonhados ou constrangidos pela condição. Essa realidade enfatiza a necessidade de abordagens que considerem a saúde capilar em um contexto biopsicossocial.

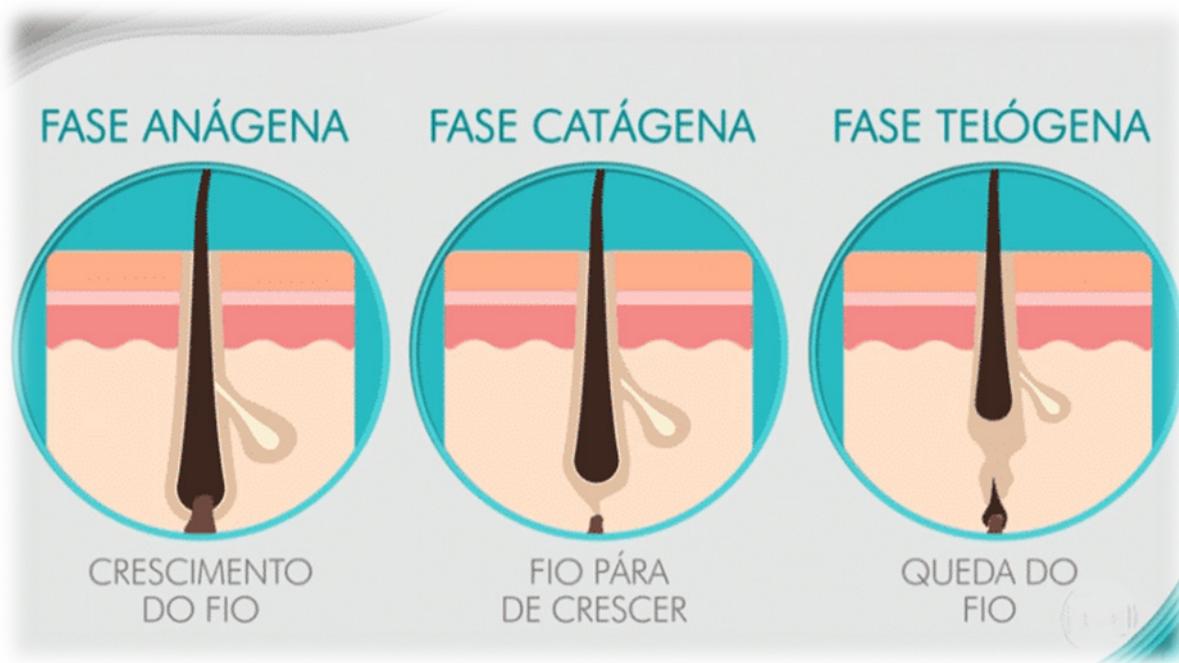
O trabalho de Cavalli e Antunes (2024), complementa essa perspectiva ao oferecer um manual detalhado sobre diagnósticos e tratamentos que visam não apenas a recuperação da saúde dos fios, mas também o suporte emocional dos pacientes. A implementação de terapias capilares inovadoras, discutidas por Macedo e Macedo (2024), propõe uma visão holística que une o cuidado físico com o psicológico. Essas práticas podem incluir terapias complementares e apoio psicológico, essenciais para restaurar a confiança e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos afetados.

Portanto, a relação entre saúde capilar e saúde mental é intrínseca e multifacetada. Investir em tratamentos que considerem ambos os aspectos não é apenas uma questão estética, mas uma necessidade para promover um bem-estar completo. A conscientização sobre essa ligação pode transformar a abordagem no tratamento das condições capilares, priorizando o bem-estar emocional dos pacientes e contribuindo para a sua recuperação integral.

### 2.1.1 Ciclo capilar

O ciclo capilar é responsável pelo crescimento e renovação dos cabelos, alternando entre três fases: anágena, catágena e telógena. A fase anágena é de crescimento ativo, durando de 2 a 6 anos, cerca de 90% dos folículos estão nessa fase. A fase seguinte, conhecida como catágena, é marcada pela redução do crescimento celular, preparando o folículo para a involução e apoptose que ocorrem na fase telógena. Embora a estrutura capilar seja preservada, ela se torna mais condensada. Na fase telógena, o folículo entra em repouso por um período de 2 a 4 meses, e cerca de 10% dos folículos do couro cabeludo estão nessa fase. Após a telógena, o ciclo capilar recomeça com uma nova fase anágena. (Barazzetti et al., 2019). A figura 1 representa as fases do ciclo capilar.

**Figura 1 – Fases do ciclo capilar**



Fonte: Siarom, 2022.

A conexão entre a saúde capilar e a saúde mental é, de fato, um ponto crucial a ser considerado em toda a prática de tricologia. Desde a anamnese inicial até as intervenções e o acompanhamento contínuo, essa relação deve ser cuidadosamente avaliada. Os tratamentos em tricologia frequentemente requerem a colaboração de profissionais de saúde mental, como psicólogos e psiquiatras, para garantir uma abordagem holística. Isso se torna ainda mais relevante ao considerarmos os efeitos emocionais, psicológicos e sociais das condições capilares, que podem impactar significativamente a autoestima e o bem-estar dos pacientes (Macedo; Macedo, 2024).

Além disso, é fundamental abordar as fases do ciclo capilar — anágena, catágena e telógena — e sua relação com a vitalidade dos cabelos. A fase anágena, que é o período

de crescimento ativo do cabelo, é crucial para a saúde capilar. Cabelos em fase anágena saudável tendem a ser mais fortes e volumosos. Em contrapartida, durante a fase telógena, que é a fase de repouso, ocorre a queda natural do cabelo, e se essa fase for prolongada, pode resultar em calvície ou afinamento capilar (Macedo; Macedo, 2024).

É essencial, portanto, integrar o conhecimento sobre o ciclo capilar e as práticas inovadoras na tricologia com um entendimento profundo da saúde mental do paciente. Essa sinergia não apenas maximiza os resultados dos tratamentos físicos, mas também contribui para uma melhoria significativa na qualidade de vida, promovendo um equilíbrio emocional que é vital para a recuperação e manutenção da saúde capilar (Macedo; Macedo, 2024).

## 2.2 Ansiedade e saúde mental

No primeiro ano da pandemia da COVID-19, a prevalência global de ansiedade e depressão aumentou em 25%, de acordo com um resumo científico divulgado pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022).

A ansiedade é um estado emocional caracterizado por apreensão e tensão, que afeta diretamente o corpo por meio de respostas fisiológicas coordenadas pelo sistema nervoso. De acordo com Ludwig et al. (2006), quando um indivíduo enfrenta uma situação de ansiedade, o cérebro ativa o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA), que desencadeia a liberação de hormônios como o cortisol e a adrenalina.

O cortisol, quando liberado em níveis elevados e de forma contínua, pode causar uma série de efeitos prejudiciais à saúde, como o aumento da pressão arterial, insônia e alterações metabólicas, disfunção do sistema imunológico, prejudica a cicatrização e contribui para problemas dermatológicos como psoríase, acne e queda de cabelo além de contribuir para o desenvolvimento de

doenças crônicas, como depressão e obesidade. (Martins et al., 2019)

## 2.3 Atuação da esteticista na saúde e vitalidade dos cabelos

Na atualidade, a esteticista pode agir na área capilar através de vários procedimentos estéticos. Entre os procedimentos destacamos os seguintes:

### 2.3.1 Microagulhamento

É uma técnica de baixo custo que pode ser utilizada para tratar cicatrizes, rugas, celulites, acne, flacidez, rejuvenescimento facial, estrias e alopecia. Ela favorece a absorção de substâncias cosméticas na epiderme e na derme, aumentando a penetração de macromoléculas hidrofílicas. Dessa forma, podemos concluir que o microagulhamento, combinado com ativos cosméticos, pode potencializar os resultados dos tratamentos. (Garcia, 2013).

**Figura 2 – Microagulhamento**



Fonte: Franco, 2022.

### 2.3.2 Mesoterapia

A mesoterapia visa aumentar a microcirculação local, retardar a involução dos folículos pilosos e estimular seu crescimento por meio do trauma causado pela agulha na derme. O minoxidil é a principal medicação recomendada para esse tratamento. (Kowalski, 2020)

**Figura 3 – Mesoterapia**



Fonte: Clinica Valéria Marcondes, 2022.

### 2.3.3 Fototerapia

A fotobiomodulação tem sido amplamente utilizada na saúde, especialmente na estética, para tratar diversas condições, incluindo a alopecia androgenética. Quando o folículo piloso é estimulado por meio da fototerapia, isso promove a nutrição do bulbo capilar, resultando na melhora da alopecia. (Ferreira; Moreira; Silva, 2017)

**Figura 4 – Fototerapia**



Fonte: Barban, 2023.

### 2.3.4 Vapor de ozônio

Pesquisas mostram que o ozônio pode trazer benefícios para a recuperação dos cabelos, como a diminuição da queda, além de aprimorar o brilho e a maciez dos fios, aumentando também sua resistência (Silva, 2020). Dal Gobbo (2010) explica que o vapor de ozônio é um dispositivo que contém um reservatório de água, que, ao ser aquecida, se evapora e gera o gás de ozônio. Conforme Tonha, Curti e Paula (2020, p.6), “um tratamento com ozonioterapia capilar promove muitos benefícios para o couro cabeludo e a haste ajuda no crescimento e emoliência do cabelo assim ajudará na penetração dos ativos”.

**Figura 5 – Vapor de ozônio**



Fonte: HS Med, 2021.

## 3 METODOLOGIA

A pesquisa se classifica de acordo com Gil (2002) como pesquisa aplicada, do ponto de vista da sua natureza. Do ponto de vista da abordagem do problema será pesquisa qualitativa e para a abordagem do objetivo foi classificada como pesquisa exploratória. A pesquisa exploratória busca aprofundar a compreensão de um problema, tornando-o mais claro e favorecendo a formulação de hipóteses. Seu objetivo principal é desenvolver ideias e gerar novas intuições, e, por seu caráter investigativo, adota um planejamento

flexível que permite a análise de diferentes aspectos do tema (Gil, 2008). Quanto a abordagem dos procedimentos técnicos utilizou-se a pesquisa bibliográfica para reunir e sintetizar o conhecimento científico existente sobre o tema em análise (Gil, 2008).

A revisão bibliográfica foi realizada por meio da busca de artigos científicos e livros, selecionados a partir de títulos e palavras-chave diretamente relacionadas ao tema. Esse método permite avaliar, sintetizar e identificar contribuições relevantes nas evidências disponíveis para o avanço do assunto. (Gil, 2008).

Os materiais foram obtidos em bases de dados como Google Acadêmico, SciELO, BVS e PubMed. Para a elaboração das estratégias de buscas foram utilizadas palavras-chave em linguagem natural e os termos do Descritores em Ciências da Saúde (2024) conforme quadro 1 e 2.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos últimos 20 anos nos idiomas português e inglês com temáticas relacionadas a pesquisa e que conste os descritores no título ou resumo.

**Quadro 1 – Descritores selecionados**

<b>DeCS</b>	Cabelo; saúde mental; Estética; Hidrocortisona; Fragilidade Capilar; Doenças do Cabelo; Análise do Cabelo.
<b>MeSH</b>	Hair; mental health; Esthetics; Hydrocortisone; Capillary Fragility; Hair Diseases; Hair Analysis.
<b>Linguagem natural</b>	Tricologia; queda capilar; vitalidade dos cabelos; Trichology; hair loss; hair vitality;

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Quadro 2 – Estratégia de busca em base de dados**

<b>Base de dados</b>	<b>Estratégia utilizada</b>
PubMed	hair AND mental health
PubMed	cortisol AND hair loss (hair loss[Title/Abstract]) AND (Anxiety[Title/Abstract])
Pubmed	(((((Hair[Title/Abstract]) OR (Capillary Fragility[Title/Abstract])) OR (Hair Diseases[Title/Abstract])) OR (Hair Analysis[Title/Abstract])) AND (Hydrocortisone[Title/Abstract])) AND (mental health[Title/Abstract])
Pubmed	((Hair[Title/Abstract]) AND (mental health[Title/Abstract]))
Pubmed	hair loss AND telogen effluvium
Pubmed	hair loss AND telogen effluvium AND stress
Google acadêmico	Vitalidade dos cabelos AND estética
Google acadêmico	(Cabelo OR "Fragilidade Capilar" OR "Doenças do Cabelo" OR "Análise do Cabelo" AND "saúde mental" AND Hidrocortisona)
Google acadêmico	(Efeitos Colaterais AND "cabelo" AND queda NOT crônica)
Scielo	(Cabelo AND Hidrocortisona)
BVS	(hair) AND (mental health) AND instance:"lilacsplus"
BVS	(hair) OR (capillary fragility) OR (hair diseases) OR (capillary fragility) OR (hair diseases) OR (hair analysis) AND (hydrocortisone) AND (mental health) AND instance:"lilacsplus"

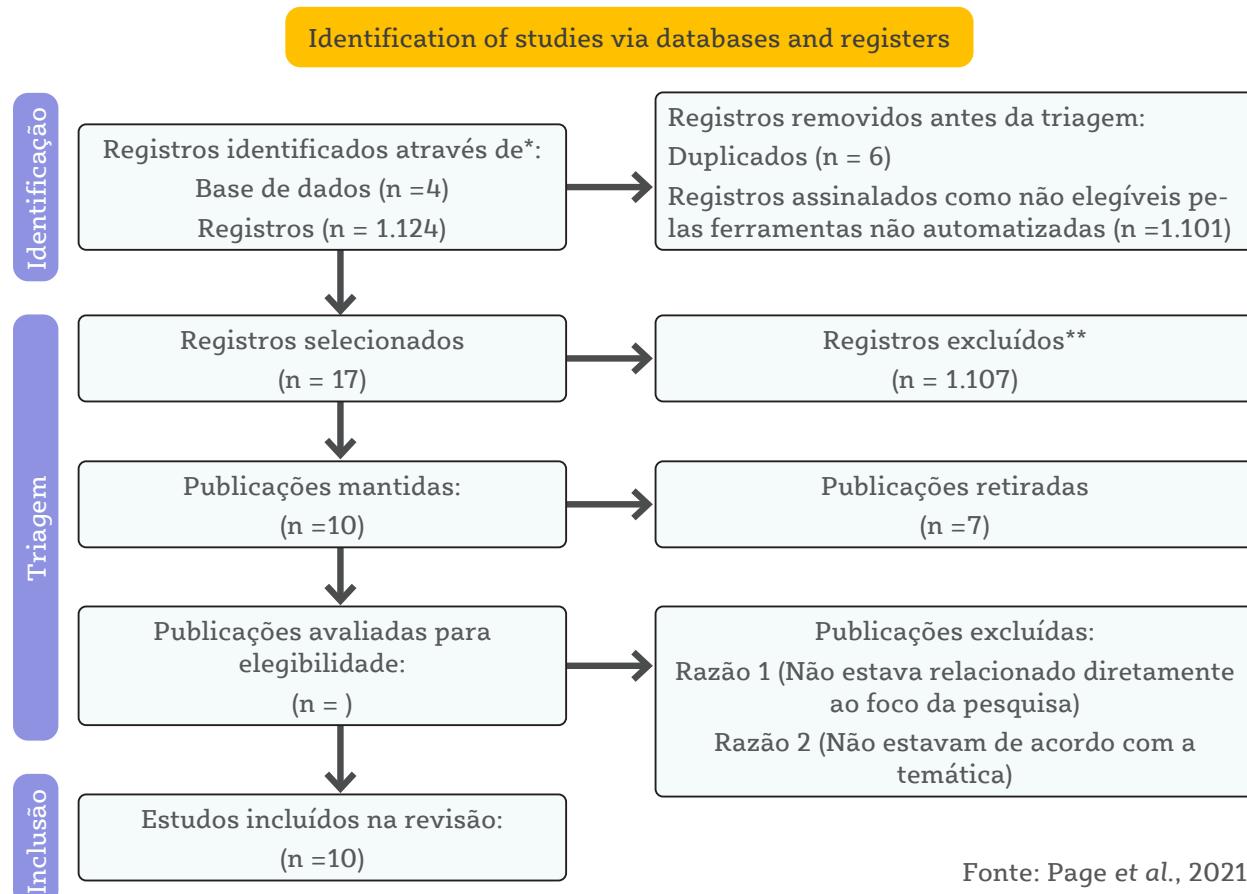
Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Tabela 1 - Resultados quantitativos das pesquisas em base de dados**

Base de dados	Estratégia	Resultados	Artigos selecionados
Google acadêmico	(Cabelo OR "Fragilidade Capilar" OR "Doenças do Cabelo" OR "Análise do Cabelo" AND "saúde mental" AND Hidrocortisona)	79	1
Google Acadêmico	(Efeitos Colaterais AND "cabelo" AND queda AND "covid 19" NOT crônica) Filters: from 2021 - 2025	663	5
Scielo	(Cabelo AND Hidrocortisona)	1	0
BVS	(hair) AND (mental health) AND instance:"lilacsplus"	124	1
BVS	(hair) OR ( capillary fragility) OR (hair diseases) OR ( capillary fragility) OR (hair diseases) OR (hair analysis) AND (hydrocortisone) AND (mental health) AND instance:"lilacsplus"	7	0
Pubmed	(((((Hair[Title/Abstract]) OR (Capillary Fragility[Title/Abstract])) OR (Hair Diseases[Title/Abstract]))) OR (Hair Analysis[Title/Abstract])) AND (Hydrocortisone[Title/Abstract])) AND (mental health[Title/Abstract])	1	1
Pubmed	Hair loss [Title/Abstract]) AND (Anxiety[Title/Abstract]) Filters: English, Portuguese, from 2004 - 2024	249	2
Total		1.124	10

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Figura 6 – Fluxograma do Prisma**



Fonte: Page et al., 2021.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a análise dos resultados foram utilizadas as seguintes variáveis: autor e ano revista de publicação, objetivo do estudo e resposta ao problema. Os resultados foram apresentados por meio do quadro 3 e do fluxograma do PRISMA (Figura 6).

**Quadro 3 – Resultados dos estudos em inglês/Português**

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema
Santos et al. (2018)	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho Google acadêmico	Apresentar algumas das doenças mentais mais diagnosticadas nos trabalhadores como a ansiedade, o estresse e a depressão, bem como alguns dos biomarcadores que têm sido utilizados para auxiliar nos seus diagnósticos.	O cortisol presente nos fios de cabelos também é considerado um biomarcador útil para avaliar o estresse crônico relacionado à depressão e aos episódios depressivos.
Fortuna et al. (2024)	Revista Scientific Reports Google acadêmico	Avaliar o impacto do estresse e esgotamento em profissionais de saúde na Argentina na pandemia de COVID-19.	A variação temporal observada nos níveis de cortisol capilar leva à consideração de fatores que influenciam a saúde mental durante a pandemia. Problemas de saúde mental entre profissionais de saúde mostraram variação significativa durante a pandemia.
Silva et al. (2014)	Revista Instituto Brasileiro de Avaliação Psicológica Brasil Google acadêmico	Avaliar mudanças acumulativas nas concentrações de cortisol capilar em pacientes com transtorno de estresse pós-traumático (PTSD, em inglês), após o terremoto na China de 2008.	Após o episódio traumático, o cortisol aumentou em ambos os grupos, mas diferentemente: maiores concentrações de cortisol para o grupo sem PTSD entre 2 e 4 meses e entre 5 e 7 meses, mostrando diferenças de resposta do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal nos dois grupos. Os autores argumentam que o aumento mais constante de cortisol ajudou o grupo sem PTSD (resposta de luta ou fuga) a não desenvolver o estresse pós-traumático (benefício de proteção contra o desenvolvimento de PTSD), ao contrário do outro grupo, que, com menor cortisol, não tinha respostas psicofisiológicas suficientes para defesa.
Nascimento (2022)	BWS Journal Google acadêmico	O objetivo do presente estudo é analisar a possível relação entre a queda de cabelo aguda ou crônica e a Covid-19.	A queda de cabelo pode ser motivada por eventos estressores e de envolvimento psíquico, o que pode ser uma das justificativas de seu surgimento após o enfrentamento da infecção por este vírus, haja vista a ausência de muitas informações acerca de como ele afeta a saúde mental dos indivíduos e em que magnitude pode impactar no bem-estar físico e emocional.

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema
Gentile (2022)	International Journal of Molecular Sciences Google acadêmico	Rever a literatura sobre a incidência de Alopecia e ET em doentes com Covid-19 e avaliar criticamente as evidências disponíveis sobre o papel das estratégias regenerativas como PRP e HFSCS.	Estudos observacionais revelaram um aumento da incidência de Alopecia e ET padrão em pacientes com Covid-19. O stress psicológico, a inflamação sistémica e o stress oxidativo são potenciais culpados.
Maloh et al. (2023)	Journal of Clinical Medicine Google acadêmico	Investigar os efeitos de intervenções psicológicas na qualidade de vida, saúde mental e crescimento capilar.	Os resultados desta revisão sugerem que práticas de atenção plena, hipnoterapia, psicoterapia e estratégias de enfrentamento podem ter evidências iniciais para melhorar as medidas de qualidade de vida e saúde mental em pacientes com várias formas de alopecia.
Siqueira e Pereira (2024)	Revista Multidisciplinar do Sertão BVS	Analizar a prevalência de alopecias em pacientes que contraíram a COVID-19 e os recursos utilizados para tratamento.	Este estudo tornou evidente que existe prevalência nos casos de Alopecia associado ao COVID-19. Ainda ressaltou a eficácia dos recursos terapêuticos utilizados na prevenção e tratamento antialopecia
Braga et al. (2023)	Revista Estética em Movimento	Analizar o tratamento do eflúvio telógeno pós COVID-19 e relatar série de casos de tratamento capilar pós COVID-19, nos quais apresentavam uma queda considerável dos fios.	Conclui-se que os procedimentos estéticos são efetivos no processo de recuperação contra a queda capilar decorrente de sequelas pela doença do COVID-19 e também para vários tipos de outras causas.
Miranda (2024)	Repositório de trabalhos de conclusão de curso Pubmed	Estabelecer a relação do Eflúvio Telógeno como sequela nos pacientes infectados pela Covid-19.	Conclui-se que com a presença do vírus SARS-CoV-2 no corpo humano, uma cascata de citocinas inflamatórias é ativada, o que induz a apoptose dos queratinócitos presentes no folículo piloso. Isso leva a alteração no ciclo capilar, com aceleração na fase anágena e antecipação das fases subsequentes, gerando assim o desprendimento do fio e ocasionando a queda.
Marco e Paula (2023)	Repositório institucional, Revista ICESP Pubmed	Destacar a relação entre a alopecia areata e os fatores de estresse, além de abordar os aspectos clínicos e psicológicos dessa patologia e como ela pode afetar negativamente um indivíduo perante a sociedade	Fatores emocionais, genéticos e autoimunes são considerados importantes. O estresse crônico pode desencadear a resposta autoimune do corpo, levando à perda de cabelo na alopecia areata.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

Foram identificados um total de 10 artigos provenientes das bases de dados Google Acadêmico, BVS, Scielo e PubMed, nas línguas portuguesa e inglesa. Destes, 6 artigos apresentaram duplicação, o que resultou na redução do número de estudos excluídos. (Quadro 3; Figura 6) A principal dificuldade para a identificação dos estudos consistiu em localizar artigos que estivessem diretamente relacionados ao tema de interesse. Muitos dos artigos encontrados abordavam o impacto da COVID-19 na saúde capilar, mas não estabeleciam uma conexão direta com os aspectos de ansiedade e estresse. Outros estudos, por sua vez, enfocavam exclusivamente a alopecia androgenética e a alopecia areata, sem considerar a saúde mental de forma específica, o que dificultou a identificação de estudos mais alinhados ao foco da pesquisa.

Os estudos de Santos et al. (2018) e Silva et al. (2014) investigam a relação entre cortisol e estresse, com foco em suas implicações para a saúde mental e, indiretamente, para a saúde capilar. Santos et al. (2018) apontam que o cortisol presente nos fios de cabelo pode servir como um marcador eficaz do estresse crônico associado a transtornos como a depressão, sugerindo que a concentração prolongada desse hormônio nos cabelos reflete uma exposição constante ao estresse. Por outro lado, Silva et al. (2014) investigam as respostas ao cortisol após experiências traumáticas, observando que, enquanto o aumento constante do cortisol em indivíduos sem transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) pode ajudar a proteger contra o desenvolvimento da doença, os indivíduos com níveis mais baixos de cortisol mostram maior vulnerabilidade devido à incapacidade de gerar respostas psicofisiológicas adequadas. Assim, esses estudos ressaltam como os

níveis de cortisol e as respostas ao estresse, em diferentes contextos, podem influenciar não apenas a saúde mental, mas também a vitalidade e a textura do cabelo, refletindo o impacto do estresse crônico ou traumático.

A conexão entre estresse psicológico e queda de cabelo tem sido intensamente explorada, especialmente no contexto da pandemia de COVID-19. Fortuna et al. (2024) investigam a variação nos níveis de cortisol capilar entre os profissionais de saúde durante a pandemia, revelando como o aumento do estresse afetou não apenas a saúde mental, mas também a integridade dos cabelos. Nascimento (2022) corrobora essa relação, destacando como eventos estressores, como a infecção pelo SARS-CoV-2, podem levar ao surgimento da alopecia. Além disso, estudos de Gentile (2022) e Siqueira e Pereira (2024) apontam que o estresse psicológico, a inflamação sistêmica e o estresse oxidativo, intensificados pela pandemia, afetam negativamente o ciclo capilar, resultando em queda de cabelo. Miranda (2024) acrescenta que o vírus ativa uma cascata inflamatória que compromete os queratinócitos nos folículos pilosos, acelerando a perda capilar. Nesse contexto, Braga et al. (2023) e Siqueira e Pereira (2024) destacam a eficácia de tratamentos terapêuticos e estéticos na recuperação da saúde capilar, oferecendo soluções para mitigar tanto os impactos emocionais quanto físicos do estresse psicológico desencadeado pela pandemia.

A alopecia areata (AA), uma condição em que a perda de cabelo está intimamente ligada ao estresse, também tem sido estudada sob a ótica da saúde mental. Maloh et al. (2023) investigam como práticas psicológicas, como a atenção plena e psicoterapia, têm mostrado resultados promissores na redução do estresse e na melhoria da

qualidade de vida dos pacientes com AA. Essas intervenções podem, segundo os autores, modular a resposta imunológica e diminuir o impacto do estresse, o que poderia ajudar a restaurar a vitalidade e a textura do cabelo. Marco e Paula (2023) reforçam essa perspectiva, explicando como o estresse crônico pode agravar a alopecia areata ao desencadear a ativação do sistema imunológico e o desequilíbrio das citocinas inflamatórias, essenciais para a manutenção do cabelo saudável. Ambos os estudos convergem para a ideia de que a gestão do estresse e a modulação da resposta imunológica são cruciais no tratamento da alopecia areata, sugerindo que abordagens terapêuticas integradas que combinem intervenções psicológicas e controle do estresse podem promover tanto a recuperação da saúde mental quanto a melhoria da textura e vitalidade capilar.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como foco central a análise da influência da saúde mental na textura e vitalidade dos cabelos, com ênfase nos impactos causados por transtornos mentais, como ansiedade, estresse e depressão. O objetivo geral foi investigar de que maneira alterações emocionais interferem nos processos fisiológicos do organismo, em especial na saúde capilar, considerando aspectos como o ciclo do cabelo, o papel do cortisol e a interação entre fatores psicológicos e dermatológicos.

A análise dos dados demonstrou que há uma relação significativa entre desequilíbrios emocionais e a ocorrência de distúrbios capilares, como a alopecia areata. Os resultados apontam que a liberação prolongada de cortisol e outros marcadores do estresse compromete diretamente a integridade do

ciclo capilar, afetando a fase anágena e intensificando a queda dos fios. Além disso, a literatura evidenciou que os impactos estéticos da perda de cabelo, principalmente em mulheres, afetam negativamente a autoestima e a percepção da identidade, revelando a necessidade de uma abordagem integrada entre estética e saúde mental.

As principais limitações encontradas neste trabalho envolveram a escassez de estudos que relacionassem de forma direta fatores psicológicos a condições capilares específicas. Grande parte da literatura disponível trata da saúde capilar no contexto da COVID-19 ou foca em tipos de alopecia como a androgenética e a areata, sem uma abordagem mais ampla que inclua fatores psicológicos. Essa limitação resultou na exclusão de muitos artigos e restringiu a base final a apenas 10 estudos, a maioria observacional ou de revisão, o que não permite estabelecer relações causais robustas entre ansiedade e alterações capilares. Além disso, percebe-se uma lacuna importante no que diz respeito à consideração de variáveis sociodemográficas e psicossociais, que podem desempenhar um papel relevante nessa relação, conforme já apontado em estudos sobre racismo e saúde mental. A heterogeneidade metodológica e das amostras analisadas também compromete a generalização dos achados, reforçando a necessidade de novas pesquisas com desenhos mais rigorosos e multidisciplinares. Algum outro ajuste específico que você queira fazer?

Diante desses achados, surgem novas possibilidades de investigação. Primeiramente, recomenda-se um estudo longitudinal sobre os efeitos de terapias integrativas e acompanhamento psicológico na reversão de quadros de alopecia associados ao estresse crônico. Em segundo lugar, seria pertinente investigar de que forma os padrões

estéticos de beleza socialmente construídos interferem na percepção e na aceitação da própria imagem corporal entre sujeitos que vivenciam a queda capilar. A investigação dessas problemáticas poderá aprofundar a

compreensão acerca dos impactos psicocognitivos dos distúrbios capilares e subsidiar o desenvolvimento de práticas interdisciplinares mais sensíveis e humanizadas nos campos da estética e da saúde mental.

---

## R E F E RÊNCIAS

---

- B**ARAZZETTI, Daniel Ongaratto et al. Crescimento capilar e o uso de medicamentos no tratamento da alopecia androgênica. *Rev. Bras. Cir. Plást.*, v. 34, n. 1, p. 142-144, 2019.
- B**ARBAN, Giselle. **3 Benefícios do Laser na Terapia Capilar**, 2023. Disponível em: <https://biorenew.com.br/blog/3-beneficios-do-laser-na-terapia-capilar/>. Acesso em: 23 out. 2024.
- B**RAGA, Francielle da Cunha et al. Os efeitos do tratamento capilar no pós Covid-19. *Revista Estética em Movimento*, 2023. Disponível em: <https://revista.fumec.br/index.php/esteticaemmovimento/article/view/9408> Acesso em: 23 out. 2024.
- C**AVALLI, Fabiana; ANTUNES, Valéria (org.). **Manual de tricologia médica:** Diagnóstico Preciso, Tratamentos Efetivos e Fórmulas Magistrais. São Paulo: Editora Cia Farmacêutica, 2024. 480p.
- C**HENG, Yi et al. Psychological stress impact neurotrophic factor levels in patients with androgenetic alopecia and correlated with disease progression. *World Journal of Psychiatry*, v. 14, n. 10, p. 1437, 2024.
- C**LINICA VALÉRIA MARCONDES. **Dermatologia e Estética**, 2022. Disponível em: <https://www.valeriamarcondes.com.br/post/o-que-%C3%A9-mesoterapia-capilar>. Acesso em: 23 out. 2024.
- C**RUZ, Patricia et al. Nutrição e saúde dos cabelos: uma revisão. *Advances in Nutritional Sciences*, v. 1, n. 1, p. 33-40, 2020.
- D**AL GOBO, P. C. **Estética facial essencial:** orientações para o profissional de estética. São Paulo: Artheneu, 2010.
- D**ESCRITORES em Ciências da Saúde: DeCS 2024. São Paulo: BIREME / OPAS / OMS, 2024. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org/>. Acesso em: 23 out. 2024.
- E**UGÊNIO, C. S. et al. Association between hair cortisol concentration and acute stress symptoms in family members of critically ill patients: a cross-sectional study. *Critical Care Science*, v. 36, p. e20240043en, 2024.
- F**ERREIRA, F.; MOREIRA, A.; SILVA, C. Aplicação do laser e led na alopecia androgenética feminina (AAG): estudo de caso. *Revista Científica da FHO*, Araras, SP, v. 5, n. 2, p. 46-53, 2017. DOI: 10.55660/revfho.v5i2.145. Disponível em: <https://ojs.fho.edu.br:8481/revfho/article/view/145> Acesso em: 20 out. 2024.
- F**ORTUNA, F.; GONZALEZ, D.; FRITZLER, A. et al. Burnout components, perceived stress and hair cortisol in healthcare professionals during the second wave of COVID 19 pandemic. *Sci Rep*, v. 14, n. 28828, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-79925-8> Acesso em: 25 fev. 2025.
- F**RANCO, Juliana. **Microagulhamento capilar:** o que é e como funciona, 2022. Disponível em: <http://www.drajulianafranco.com.br/2022/07/01/microagulhamento-capilar-em-juiz-de-fora/>. Acesso em: 23 out. 2024.
- G**ARCIA, M.E. **Microagulhamento com drug delivery:** um tratamento para LDG [dissertação]. Santo André (SP): Faculdade de Medicina do ABC; 2013. Disponível em: [http://www.marcelaengracia.com.br/artigos\\_e\\_noticias/trabalho%20celulites.pdf](http://www.marcelaengracia.com.br/artigos_e_noticias/trabalho%20celulites.pdf). Acesso em: 23 out. 2024.
- G**ENTILE, Pietro. Hair Loss and Telogen Effluvium Related to COVID-19: The potential implication of adipose-derived mesenchymal stem cells and platelet-rich plasma as regenerative Strategies. *International Journal of Molecular Sciences*, v. 23, n. 16, p. 9116, 2022. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1422-0067/23/16/9116>. Acesso em: 23 out. 2024.
- G**IL, Antonio Carlos et al. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 2002.
- G**ODINHO, S. M.; ANDREOLI, S. B.; YAZIGI, L. Estudo do manejo do estresse em pacientes acometidos por alopecia areata. *Psicologia em Estudo*, v. 14, n. 1, p. 93-99, jan. 2009.
- H**S Med. **Vapor de Ozônio:** saiba mais sobre essa técnica, 2021. Disponível em: <https://www.hsmed.com.br/vapor-de-ozonio-saiba-tudo-dermosteam>. Acesso em: 23 out. 2024.

- ITO**, Taisuke. Hair follicle is a target of stress hormone and autoimmune reactions. **Journal of dermatological science**, v. 60, n. 2, p. 67-73, 2010.
- JUSTO**, A. M.; **CAMARGO**, B. V.; **ALVES**, C. D. B. Os efeitos de contexto nas representações sociais sobre o corpo. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 30, n. 3, p. 287-297, jul. 2014.
- KOWALSKI SEI**, M. C. Uso da mesoterapia em alopecia androgenética. **BWS Journal (Descontinuada)**, [S. l.], v. 3, p. 1-7, 2020. Disponível em: <https://bwsjournal.emnuvens.com.br/bwsj/article/view/80>. Acesso em: 20 out. 2024.
- LUDWIG**, Martha Wallig Brusius et al. Aspectos psicológicos em dermatologia: avaliação de índices de ansiedade, depressão, estresse e qualidade de vida. **Psic: revista da vetor editora**, v. 7, n. 2, p. 69-76, 2006.
- MACEDO**, Marino; **MACEDO**, Marilda. **Tricologia e terapia capilar: Inovações e Práticas para a Saúde Capilar no Campo Biomédico**. 2024. 704 p.
- MARGIS**, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 25, p. 65-74, abr. 2003.
- MAHADI**, Ashrafur Rahaman et al. Association between hair diseases and COVID-19 pandemic-related stress: a cross-sectional study analysis. **Frontiers in medicine**, v. 9, p. 876561, 2022.
- MALOH**, Jéssica et al. Revisão sistemática de orientações psicológicas para qualidade de vida, saúde mental e crescimento capilar em alopecia areata e alopecia cicatricial. **Revista de Medicina Clínica**, v. 3, p. 964, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/jcm12030964>. Acesso em: 25 mar. 2025.
- MARCO**, Heliara; **PAULA**, Fernanda. A relação entre alopecia areata e o estresse (BIOMEDICINA). **Repositorio Institucional**, v. 2, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/view/4486>
- MARTINS**, Bianca Gonzalez et al. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, p. 32-41, 2019.
- MIRANDA**, Lara Corrêa. **Eflúvio telógeno após COVID-19**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Medicina) - Centro Universitário UNIFACIG, Manhuaçu, 2024. Disponível em: <http://pensaracademicounifacig.edu.br/index.php/repositorioitcc/article/download/4225/3225/14827>. Acesso em: 23 out. 2024.
- MOURA**, Juliana Martins. **Raízes da beleza**: cabelo como símbolo de representação cultural na sociedade de consumo. 2007. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Social) - Centro Universitário De Brasília, Uniceub Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas, 2007. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/123456789/1820>. Acesso em: 23 out. 2024.
- NASCIMENTO**, M. E. Tormin Vieira do ; **HÜBNER**, L. B. A Queda de Cabelo e a Covid-19: Possíveis Relações. **BWS Journal**, [S. l.], v. 5, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://bwsjournal.emnuvens.com.br/bwsj/article/view/289>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- NATARELLI**, Nicole; **GAHOONIA**, Nimrit; **SIVAMANI**, Raja K. Integrative and mechanistic approach to the hair growth cycle and hair loss. **Journal of clinical medicine**, v. 12, n. 3, p. 893, 2023.
- OHYAMA**, Manabu; **MATSUDO**, Kiichi; **FUJITA**, Toru. Management of hair loss after severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 infection: Insight into the pathophysiology with implication for better management. **The Journal of Dermatology**, v. 49, n. 10, p. 939-947, 2022.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU)**. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. Brasília: Casa ONU Brasil - Complexo Sérgio Vieira de Mello, 2022. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/173825-pandemia-de-covid-19-desencadeia-aumento-de-25-na-preval%C3%A3o-em#:~:text=todo%20o%20mundo-,Pandemia%20de%20COVID%2D19%20desencadeia%20aumento%20de%2025%25%20na%20preval%C3%A3o,Ancia,depress%C3%A3o%20em%20todo%20o%20mundo&text=No%20primeiro%20ano%20da%20pandemia,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20.>. Acesso em: 23 out. 2024.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS)**. OMS divulga Informe Mundial de Saúde Mental: transformar a saúde mental para todos. **Biblioteca Virtual em Saúde**, Notícias, 2024. Disponível em : <https://bvsms.saude.gov.br/oms-divulga-informe-mundial-de-saude-mental-transformar-a-saude-mental-para-todos/>. Acesso em: 25 set. 2024.
- PAGE**, M.J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, p. 71-2021. DOI: 10.1136/bmj.n71
- PRADO**, R. B. R.; **NEME**, C. M. B. Experiências afetivo-familiares de mulheres com alopecia areata. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 25, n. 4, p. 487-497, out. 2008.
- RAMOS**, Paulo Müller et al. Consenso sobre tratamento da alopecia areata- Sociedade Brasileira de

- Dermatologia. **Anais Brasileiros de Dermatologia (Portuguese)**, v. 95, p. 39-52, 2020. Acesso em: 19 nov. 2024
- RIVITTI, E. A. Alopecia areata: revisão e atualização. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, v. 80, n. 1, p. 57–68, jan. 2005.
- SANTOS, Sérgio Valverde Marques dos et al. Os biomarcadores como tendência inovadora para auxiliar no diagnóstico de doenças mentais em trabalhadores / Biomarkers as innovative trend for aid in the diagnosis of mental diseases among workers. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 16, n. 3, p. 371-377, out. 2018.
- SIAROM, Bianca Stephania. 11 dicas para o cabelo crescer [guia do crescimento do cabelo]. **Blog Área de Mulher**, 2022. Disponível em: <https://areademulher.r7.com/beleza/crescimento-do-cabelo/>. Acesso em: 23 out. 2024.
- SILVA, Andressa Melina Becker da; ENUMO Sônia Regina Fiorim. Estresse em um fio de cabelo: revisão sistemática sobre cortisol capilar. **Avaliação Psicológica**, v. 13, n. 2, p. 203-211, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335031819008> Acesso em: 25 fev. 2025.
- SILVA, Liliany Macário et al. O uso de intradermoterapia e microagulhamento no tratamento da alopecia androgenética-revisão de literatura. **Cadernos de Pesquisa Campus V**, p. 108, 2023. Disponível em: [https://unignet.com.br/wp-content/uploads/Revista-Cadernos-de-Pesquisas\\_vol-10-n-2-julho-2023-1.pdf#page=110](https://unignet.com.br/wp-content/uploads/Revista-Cadernos-de-Pesquisas_vol-10-n-2-julho-2023-1.pdf#page=110). Acesso em: 25 fev. 2025.
- SILVA, R. O. et al. The benefits of ozone therapy in hair loss: a systematic review. **Journal of Cosmetic Dermatology**, v. 19, n. 3, p. 541-547, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jocd.13163>. Acesso em: 23 out. 2024.
- SIMAKOU, T. et al. Alopecia areata: A multifactorial autoimmune condition. **J Autoimmun**, v. 98, p. 74-85, 2019. DOI: 10.1016/j.jaut.2018.12.001. Acesso em: 19 nov. 2024.
- SIQUEIRA, Lays Raquel Santos; PEREIRA, Maria Célia Dantas. Prevalência de alopecia em pacientes pós-covid -19: revisão bibliográfica. **Revista Multidisciplinar do Sertão**, 2024. Disponível em: <http://revistamultisertao.com.br/index.php/revista/article/view/735/481>. Acesso em: 23 out. 2024.
- THOM, Erling. Stress and the Hair Growth Cycle: Cortisol-Induced Hair Growth Disruption. **Journal of drugs in dermatology: JDD**, v. 15, n. 8, p. 1001-1004, 2016. TONHA, Gisele Miranda Barros; CURTI, Marcele; PAULA, Janaina de. **Tricologia e Terapias capilares presente na Estética, e embelezamento**: Focada na restauração dos fios e tratamento de patologias capilares. Goiânia. 2020. Disponível em: <http://repositorio.go.senac.br:8080/jspui/bitstream/123456789/302/1/Tricologia%20e%20Terapias%20capilares%20presente%20na%20Est%C3%A9tica%20%281%29.pdf> Acesso em: 20 maio de 2023.
- TOSTI, A. Alopecia Areata: The Clinician and Patient Voice. **J Drugs Dermatol**, v. 22, n. 10, p. 967-975, 2023. DOI: 10.36849/JDD.SF396143. Acesso em: 19 nov. 2024.
- XERFAN, E. M. S. et al. The role of sleep in telogen effluvium and trichodynbia: A commentary in the context of the current pandemic. **Journal of Cosmetic Dermatology**, v. 20, n.4, p.1088-1090, 2021.

# DESAFIOS E OPORTUNIDADES NO TRATAMENTO DE HIPERPIGMENTAÇÃO PÓS-INFLAMATÓRIA EM PELE NEGRA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

CHALLENGES AND  
OPPORTUNITIES IN  
THE TREATMENT OF  
POST-INFLAMMATORY  
HYPERPIGMENTATION  
IN BLACK SKIN: AN  
INTEGRATIVE REVIEW

Ana Beatriz Dos Santos Norberto<sup>1</sup>  
[anabeatrizdossantos360@gmail.com](mailto:anabeatrizdossantos360@gmail.com)

Data de submissão: [03/06/2025](#)  
Data de aprovação: [12/09/2025](#)

## R E S U M O

**Introdução:** A hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) que surge após um processo inflamatório ou lesão, é mais frequente e intensa em peles escuras, sendo uma das principais queixas de pessoas com fototipos IV a VI nos tratamentos estéticos. Apesar de sua alta incidência, ainda é pouco abordada nas áreas da dermatologia e estética, reforçando a necessidade de mais estudos sobre o tema. **Objetivo:** Identificar os desafios e oportunidades para uma abordagem mais eficaz, segura e inclusiva no tratamento de HPI em pele negra. **Metodologia:** Este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica sobre a hiperpigmentação pós-inflamatória (HIP) em pele negra e a atuação do profissional de estética nesse contexto. Para a construção desta revisão, foram selecionados artigos científicos, livros, dissertações, teses e diretrizes de órgãos especializados na área da estética e dermatologia. As fontes de dados consultadas incluem bases de dados como: PubMed, Scielo, Google Acadêmico. **Resultados:** Os resultados das análises revelam que, apesar da alta prevalência da HPI em peles negras, profissionais de estética ainda enfrentam desafios devido à formação insuficiente e à escassez de protocolos específicos. A individualização do tratamento, com ativos anti-inflamatórios, despigmentantes e fotoprotetores, surge como uma oportunidade para uma abordagem mais segura e eficaz. **Conclusão:** A presente pesquisa contribui para a valorização da estética como campo que também promove saúde, autoestima e inclusão. Ao destacar a importância do olhar atento à



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

<sup>1</sup> Bacharelado em Estética  
Universidade Fumec

diversidade racial, este estudo reforça o papel transformador do esteticista no cuidado com a pele negra.

**Palavras-chave:** pele negra; hiperpigmentação; pós-inflamatória; manchas; tratamento.

## A B S T R A C T

---

**Introduction:** Post-inflammatory hyperpigmentation (PIH), which arises after an inflammatory process or skin injury, is more frequent and intense in darker skin types. It is one of the main concerns among individuals with Fitzpatrick skin types IV to VI seeking aesthetic treatments. Despite its high incidence, PIH remains underexplored in the fields of dermatology and aesthetics, highlighting the need for further research on the topic. **Objective:** Identify the challenges and opportunities for a more effective, safe, and inclusive approach to PIH treatment in Black skin. **Methodology:** This is a literature review on post-inflammatory hyperpigmentation in Black skin and the role of the aesthetic professional in this context. The review includes scientific articles, books, dissertations, theses, and guidelines from specialized dermatology and aesthetics organizations. Data sources include PubMed, Scielo, and Google Scholar. **Results:** The analysis reveals that, although PIH is highly prevalent in Black skin, aesthetic professionals still face challenges due to limited academic training and a lack of specific treatment protocols. Personalized care using anti-inflammatory, depigmenting, and photoprotective agents appears as an opportunity for safer and more effective practice. **Conclusion:** This research contributes to the recognition of aesthetics as a field that also promotes health, self-esteem, and inclusion. By emphasizing the importance of awareness toward racial diversity, it reinforces the aesthetician's transformative role in the care of Black skin.

**Keywords:** dark skin; hyperpigmentation; post-inflammatory; blemishes; treatment.

## 1 INTRODUÇÃO

A hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) é uma alteração cutânea caracterizada pelo escurecimento da pele após processos inflamatórios, como acne, lesões ou procedimentos agressivos. As radiações de luz solar, seguidas pelos hormônios e pelos fatores externos, são as principais responsáveis pela maioria das alterações na coloração da pele. Além disso, a hiperpigmentação pode ser devida tanto a fatores intrínsecos (tom de pele, genética, hormônios endógenos) quanto a fatores extrínsecos (exposição solar crônica, medicamentos, pigmentos exógenos). (Tassinary; Sinigaglia; Sinigaglia, 2019)

A cor da pele humana varia de acordo com a quantidade e a distribuição de melanina, que protege contra os danos causados pelos raios UV. Peles mais escuras têm maior proteção natural, mas também estão mais propensas a desenvolver hiperpigmentações, como a HPI, especialmente quando há inflamação causada por fatores externos. (Markiewicz et al., 2022)

A hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) que surge após um processo inflamatório ou lesão, embora possa ocorrer em todos os tipos de pele, é mais comum e intensa em pessoas de pele mais escura. Esse tipo de discromia é uma das principais razões que levam indivíduos de fototipos mais altos (Fitzpatrick IV a VI) a procurar tratamentos dermatológicos e estéticos, apesar de sua alta incidência, a HPI em peles negras ainda é um tema pouco explorado nas áreas da dermatologia e estética, o que evidencia a importância de aprofundar o conhecimento sobre esse assunto. Dantas et al. (2021) e Davis e Callender (2010) afirmam que além das questões estéticas, a hiperpigmentação pós-inflamatória pode impactar significativamente a autoestima e o bem-estar

psicológico, tornando seu manejo ainda mais importante, casos de pacientes diagnosticados erroneamente por não apresentarem a vermelhidão “característica” de determinadas condições cutâneas [ex: pele negra] – sinal mascarado pela hiperpigmentação da pele – são, inclusive, recorrentemente descritos em literatura internacional. A falta de estudos e de protocolos específicos pode resultar em tratamentos ineficazes ou até prejudiciais comprometendo não apenas os resultados estéticos.

O problema de pesquisa nesse contexto, sugere: Quais os desafios e oportunidades no tratamento de hiperpigmentação pós-inflamatória em pele negra?

O objetivo geral deste estudo é compreender, por meio de uma revisão bibliográfica, os principais desafios enfrentados pelos profissionais da estética no tratamento de hiperpigmentação pós-inflamatória em Peles Negras, bem como como identificar as oportunidades para uma abordagem mais eficaz, segura e inclusiva.

Os objetivos específicos incluem:

1. Realizar uma revisão integrativa sobre os desafios e oportunidades no tratamento de hiperpigmentação pós-inflamatória em pele negra;
2. Abordar a atuação dos profissionais de estética no diagnóstico e manejo da hiperpigmentação pós-inflamatória.

## 1.1 Justificativa

As manifestações cutâneas da maioria das doenças são descritas em pacientes de pele clara, sendo poucas as publicações que as abordam na pele negra. Como o grau de pigmentação interfere sensivelmente na semiologia dermatológica, o reconhecimento

das dermatoses nas peles mais escuras, mesmo aquelas mais comuns, pode ser um desafio na prática médica [e estética] diária. Por isso, é necessário que o profissional se familiarize com as diferentes nuances que as lesões podem adquirir na pele mais pigmentada. (Alchorne; Abreu, 2008)

Essa pesquisa é relevante pois busca contribuir para a melhora da autoestima de indivíduos de pele negra que enfrentam manchas persistentes, muitas vezes resistentes até mesmo aos tratamentos convencionais. Além disso, este estudo busca oferecer suporte teórico para profissionais da estética e dermatologia, auxiliando na escolha de abordagens mais eficazes e seguras. A escassez de pesquisas voltadas especificamente para a pele negra torna essa revisão essencial para ampliar o conhecimento sobre protocolos de tratamento e prevenção, promovendo uma abordagem mais inclusiva e personalizada no cuidado com a pele.

No primeiro capítulo, foi apresentado a introdução, na qual se contextualiza a hiperpigmentação pós-inflamatória em peles negras, destacando sua relevância clínica e estética, além de seus impactos psicossociais. O segundo capítulo será dedicado à revisão teórica, abordando os principais conceitos relacionados à hiperpigmentação pós-inflamatória, seus fatores desencadeantes e os desafios e oportunidades no tratamento dessa condição em peles escuras. Serão analisadas as contribuições de diferentes estudos e autores sobre o tema, enfatizando a importância do reconhecimento das particularidades da pele negra na prática estética. No terceiro capítulo, será apresentada a metodologia da revisão integrativa adotadas para o desenvolvimento da pesquisa, incluindo o tipo de estudo, os critérios de seleção das fontes e a forma de análise das informações

coletadas. O quarto capítulo trará a análise dos resultados obtidos a partir da revisão bibliográfica, relacionando as informações teóricas aos desafios e possibilidades para o manejo da hiperpigmentação pós-inflamatória. Por fim, no quinto capítulo, serão expostas as considerações finais, ressaltando as principais conclusões da pesquisa, as limitações do estudo e possíveis sugestões para pesquisas futuras na área.

## 2 REVISÃO TEÓRICA

A revisão teórica aborda os seguintes tópicos: a pele negra, aspectos fisiopatológicos da hiperpigmentação e abordagens estéticas para pele negra.

### 2.1 A Pele Negra

A pele negra apresenta características fisiológicas e estruturais específicas que influenciam diretamente sua resposta a estímulos inflamatórios, procedimentos estéticos e agentes químicos. Essas particularidades se refletem em uma maior predisposição à hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI), tornando indispensável uma abordagem individualizada por parte dos profissionais da estética (Davis; Callender, 2010).

#### 2.1.1 Epiderme

A epiderme é a camada mais externa da pele, formada por um tipo de tecido epitelial composto por várias camadas de células. Sua principal estrutura celular é o queratinócito, que passa por um processo de maturação e diferenciação até formar as camadas

que compõem essa região. Essas camadas, organizadas da superfície para as partes mais profundas da epiderme, são: a camada córnea, a camada granulosa, a camada espinhosa e, por fim, a camada basal. (Kashiwabara et al., 2016)

A camada córnea da pele negra possui mais camadas celulares, tornando-o mais compacto embora sua espessura seja semelhante à da pele branca. No entanto, ainda não há um consenso sobre as diferenças na função de barreira da pele entre diferentes etnias. (Alchorne; Abreu, 2008)

Na camada basal se encontram os melanócitos, células responsáveis por sintetizar a melanina, que dá o pigmento à pele, cuja função é proteger a pele contra os raios ultravioletas que são liberados pela luz solar. (Alves et al., 2016)

Na pele negra a epiderme apresenta características estruturais distintas, principalmente no que diz respeito à melanina. Embora o número de melanócitos (células responsáveis pela produção de melanina) seja semelhante entre indivíduos de diferentes fototipos, o que difere significativamente é a atividade dessas células e a morfologia dos melanossomas, que são as organelas onde a melanina é sintetizada, armazenada e transportada. (Alchorne; Abreu, 2008) O nível de pigmentação da pele está relacionado ao tamanho e à atividade dos melanócitos. Em peles mais escuras, essas células apresentam dimensões maiores e transferem uma quantidade mais elevada de melanossomas para as camadas da epiderme. Isso ocorre devido à maior atividade da enzima tirosinase e à presença de dendritos mais longos e com características mais ácidas, quando comparados aos da pele clara. (Markiewicz et al., 2022)

## 2.1.2 Derme

A derme é um tecido conjuntivo denso, formado principalmente por colágeno, elastina e glicosaminoglicanos. As fibras de colágeno e elastina desempenham um papel essencial na proteção mecânica da pele, além de contribuírem para a sustentação e a firmeza, garantindo a adesão entre a epiderme e as camadas mais profundas. (Kashiwabara et al., 2016) A pele negra apresenta uma derme geralmente mais espessa, com maior quantidade de macrófagos e fibroblastos. Em comparação com a pele clara, os fibroblastos da camada papilar nas peles pigmentadas demonstram uma atividade secretora mais intensa, o que resulta na produção aumentada de moléculas sinalizadoras envolvidas em diversos processos celulares. (Markiewicz et al., 2022)

Contudo, Chichester et al. (2024), diz que:

“Tratando-se da derme, em comparação com a pele branca, a pele negra possui essa camada mais espessa e compacta com numerosos e proeminentes fragmentos de fibras. Os vasos sanguíneos superficiais são abundantes, dilatados e ricos em glicoproteínas, que desempenham um papel importante na interação célula a célula e ajudam a fortalecer o reconhecimento dos glóbulos brancos, um processo crucial na resposta imunológica. Além disso, os macrófagos apresentam maior tamanho e quantidade, enquanto os mastócitos diferem apenas no tamanho dos grânulos, os quais são maiores.”

## 2.2 Aspectos Fisiopatológicos da Hiperpigmentação

Uma das principais explicações para o surgimento da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) está relacionada ao processo inflamatório, que provoca danos na camada basal da epiderme. Essa inflamação estimula os melanócitos a liberarem melanossomas (estruturas que armazenam o pigmento) para as células vizinhas da pele. Esses grânulos de pigmento podem permanecer na epiderme por um longo período, resultando em áreas de escurecimento persistente. Quando a HPI se manifesta na epiderme, substâncias inflamatórias como citocinas, quimiocinas e espécies reativas de oxigênio (ROS) são liberadas, promovendo o aumento da atividade dos melanócitos, o que intensifica tanto a produção de melanina quanto sua transferência para os queratinócitos ao redor. A HPI é mais comum e severa em indivíduos com pele mais escura (fototipos IV, V e VI na escala de Fitzpatrick), que também apresentam maior risco de complicações, como eritema, cicatrizes hipertróficas e quelóides. (Markiewicz et al., 2022)

A hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) costuma surgir como manchas localizadas nas mesmas áreas onde ocorreu o processo inflamatório inicial. A profundidade em que o pigmento se acumula na pele é o que define a coloração da mancha. Quando o excesso de melanina está restrito à epiderme, a coloração tende a variar entre bronze, marrom ou marrom-escuro, podendo levar meses ou até anos para desaparecer espontaneamente, caso não haja intervenção. Já quando o pigmento se deposita na derme, a mancha adquire um tom acinzentado ou

azul-acinzentado, sendo mais resistente ao tratamento e, em alguns casos, permanente. A intensidade da HPI pode ser mais acentuada em peles com fototipos elevados, embora sejam necessários mais estudos para confirmar essa associação. Vale destacar que a exposição à radiação ultravioleta (UV), assim como processos inflamatórios persistentes ou recorrentes, podem agravar o quadro de hiperpigmentação. (Davis; Callender, 2010)

## 2.3 Abordagens Estéticas para pele negra

Para melhorar a hiperpigmentação da pele, muitas vezes é necessário usar despigmentantes dermocosméticos. Porém, ainda não existe um tratamento único que seja totalmente eficaz e aceito por todos. A ação de um despigmentante pode acontecer de três maneiras: promovendo uma leve esfoliação na epiderme para eliminar células com excesso de pigmento; interferindo nas etapas da produção e distribuição da melanina; ou agindo no processo inflamatório que contribui para a hiperpigmentação. O ideal é combinar ativos que atuem nessas três frentes. Entre os esfoliantes mais usados estão o ácido glicólico, os alfa-hidroxiácidos, beta-hidroxiácidos e os retinóides. Para regular a melanogênese, substâncias como o ácido azelaico, o ácido kójico e o ácido ascórbico são indicadas. Já para tratar a inflamação, a vitamina E e a niacinamida se destacam. (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2025)

Davis e Callender (2010) destacam que o tratamento da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) deve começar pelo controle da dermatose inflamatória subjacente, pois a intervenção precoce pode acelerar

sua resolução e evitar o agravamento da pigmentação. No entanto, é essencial considerar que alguns tratamentos podem desencadear ou piorar a HPI devido à irritação cutânea. Além da fotoproteção, diversas opções terapêuticas podem ser utilizadas com segurança e eficácia em pacientes de pele mais escura, incluindo agentes despigmentantes tópicos, como hidroquinona, ácido azelaico, ácido kójico, extrato de alcaçuz e retinóides, que podem ser aplicados isoladamente ou em combinação com outras substâncias. Procedimentos como quimioesfoliação e terapia a laser também podem ser incorporados, quando necessário. Contudo, é importante ressaltar que os agentes tópicos são mais eficazes no tratamento da HPI epidérmica, pois a pigmentação em camadas mais profundas da pele tende a ser menos responsiva a esses produtos.

Com base em evidências clínicas e recomendações dermatológicas, o tratamento da hiperpigmentação pós-inflamatória em pele negra deve ser cuidadosamente selecionado, respeitando as características estruturais e funcionais desse tipo de pele. O Quadro 1, a seguir, apresenta um resumo das principais opções terapêuticas utilizadas no manejo da HPI, organizadas conforme o estágio do tratamento e possíveis particularidades do paciente, como alergia à hidroquinona ou uso prolongado prévio. A tabela inclui desde a terapia de primeira linha, com uso isolado de despigmentantes clássicos como a hidroquinona, até abordagens combinadas com ácidos, peelings químicos e tecnologias como lasers e luzes. Também são listadas alternativas seguras para pacientes que não toleram a hidroquinona, reforçando a importância da individualização do tratamento.

**Quadro 1- Indicação de tratamento para hiperpigmentação  
pós-inflamatória em pele negra**

Usar	Terapia
Terapia de primeira linha	Hidroquinona 4% Protetor Solar
Tratamento adicional necessário após 8-12 semanas de terapia	Terapia combinada: HQ mais outros agentes despigmentantes # OU Quimioexfoliação <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ácido glicólico</li> <li>• Ácido salicílico</li> </ul> Terapia a laser/luz <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terapia fotodinâmica com luz azul</li> <li>• Fototermólise fracionada</li> <li>• Laser Nd:YAG</li> </ul>
Terapia de primeira linha para alergia a HQ ou uso prévio de longo prazo	Outros agentes despigmentantes: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tretinoína</li> <li>• Adapaleno</li> <li>• Ácido azelaico</li> </ul>

Notas: Significados:  
\*Para evitar complicações como a ocronose exógena, é melhor mudar para um agente despigmentante sem hidroquinona após uso prolongado.  
# Outros agentes comumente usados em combinação com HQ incluem retinoides, ácido glicólico, ácido kójico, ácido ascórbico e vitamina E.  
^ Eficaz para melasma, mas estudos clínicos são necessários para HIP.  
HQ = Hidroquinona  
Nd:YAG = Neodímio: granada de alumínio e ítrio

Fonte: Davis e Callender, 2010.

Abaixo apresenta-se, de forma resumida, os mecanismos de ação e os efeitos adversos dos peelings, terapia a laser e led azul descritos no quadro 1.

- a) **Hidroquinona (HQ):** A hidroquinona (HQ) continua sendo considerada o tratamento mais eficaz para a hiperpigmentação pós-inflamatória. Trata-se de um composto fenólico que atua inibindo a enzima tirosinase, bloqueando a conversão da DOPA em melanina, o que reduz a produção do pigmento. Além disso, seu mecanismo de ação pode envolver a inibição da síntese de DNA e RNA, causar citotoxicidade seletiva nos melanócitos e promover a degradação dos

melanossomas. A HQ é normalmente utilizada em concentrações que variam de 2% a 4%, podendo, em alguns casos, ser prescrita em concentrações mais elevadas, chegando a até 10%. Nos Estados Unidos, sua versão a 2% pode ser encontrada em produtos de venda livre (OTC). (Davis; Callender, 2010)

- b) **Ácido Glicólico(AG):** O ácido glicólico(AG) é um dos peelings químicos mais amplamente utilizados em tratamentos estéticos. Por ser um ácido alfa-hidroxi (AHA) de ação potente, sua aplicação requer o uso de um agente neutralizante para interromper sua atividade e evitar efeitos adversos.

O resultado clínico esperado após o procedimento costuma ser um leve eritema, considerado normal. No entanto, sinais como formação de bolhas, vesículas, áreas esbranquiçadas ou sensação de desconforto intenso devem ser cuidadosamente observados, pois indicam reações indesejadas que exigem atenção imediata do profissional responsável. (Harnchoowong; Vachiramon; Jurairattanaporn, 2024)

- c) Ácido kójico(AK): O AK atua como despigmentante ao inibir a atividade da tirosinase, impedindo a ativação dessa enzima por meio da captura de seus íons de cobre, o que bloqueia a produção de melanina. Além do efeito clareador, o AK apresenta propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias. Estudos indicam que concentrações de até 1% são seguras e bem toleradas em tratamentos de três meses a dois anos, com poucos efeitos adversos. A principal reação observada foi dermatite de contato irritativa, caracterizada por irritação local, edema, prurido e dor. (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2025)
- d) Ácido Salicílico (SA): O peeling com ácido salicílico (SA) é classificado como auto neutralizante, ou seja, não requer a aplicação de uma substância para interromper sua ação após o tempo de contato com a pele. Por ser um agente lipofílico, tem a capacidade de se dissolver no sebo e alcançar com eficácia a unidade pilossebácea, o que o torna especialmente útil no tratamento de peles acneicas e oleosas. O efeito clínico mais comum após a aplicação é um leve eritema acompanhado pela formação de um resíduo esbranquiçado com aparência

pulverulenta, conhecido como pseudo frost. (Harnchoowong; Vachiramon; Jurairattanaporn, 2024)

- e) Terapia a laser/luz de led: Embora os agentes tópicos clareadores ainda sejam considerados a principal abordagem no tratamento da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI), as terapias com laser e luz podem atuar como complemento eficaz ou alternativa em casos resistentes. No entanto, ainda há uma escassez de estudos que avaliem, de forma abrangente, a eficácia e a segurança desses dispositivos em diferentes tipos de pele, especialmente nos fototipos mais altos. Normalmente, os lasers de comprimento de onda mais curto são mais prontamente absorvidos pela melanina presente na epiderme, o que pode aumentar o risco de efeitos adversos em peles escuras. Já os comprimentos de onda mais longos conseguem penetrar de forma mais profunda na pele, atingindo alvos dérmicos com maior seletividade e menor interação com a melanina superficial, o que os torna mais seguros para pacientes com maior fototipo. Além disso, o uso de durações de pulso mais longas e tecnologias de resfriamento durante o procedimento contribui para ampliar a margem de segurança, reduzindo o risco de lesões térmicas e mantendo a eficácia do tratamento. (Davis; Callender, 2010)
- f) Ácido Ascórbico: O ácido ascórbico, ou vitamina C, é frequentemente incorporado a formulações cosméticas. Ele atua como antioxidante e inibe a tirosinase ao se ligar ao seu íon de cobre, reduzindo a síntese de melanina. Além disso, diminui a formação de

espécies reativas de oxigênio (ROS), atenuando a inflamação em lesões de melasma. Estudos mostram que concentrações mais altas podem provocar efeitos adversos leves, como eritema, descamação e sensação de ardência, os quais tendem a regredir espontaneamente, demonstrando boa tolerabilidade da substância. (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2025)

- g) Tretinoína: A tretinoína tópica, também conhecida como ácido all-trans-retinóico, é um metabólito natural do retinol e pertence à classe dos retinóides de primeira geração. Suas formulações variam em concentrações que vão de 0,01% a 0,1%, e podem ser encontradas em diferentes veículos, como cremes, géis e géis com microesferas. Esta última forma permite uma liberação gradual da substância, o que contribui para a redução de efeitos irritativos, tornando seu uso mais tolerável para a pele. (Davis; Callender, 2010)
- h) Adapaleno: O adapaleno é outro retinóide tópico com ação semelhante à da tretinoína, mas com menor potencial irritativo. Ele atua normalizando a diferenciação dos queratinócitos e reduzindo a inflamação, o que o torna uma opção segura para tratar a hiperpigmentação associada à acne. É uma boa alternativa para pacientes com pele mais sensível ou que apresentam reações adversas à tretinoína. (Davis; Callender, 2010)
- i) Niacinamida: A niacinamida, também conhecida como vitamina B3, é a forma biologicamente ativa da niacina e atua na redução da pigmentação cutânea ao inibir de forma reversível a transferência de melanossomas dos

melanócitos para os queratinócitos. Diferentemente de agentes despigmentantes como a arbutina e o ácido kójico, que agem diretamente na inibição da tirosinase, a niacinamida atua em outra etapa da melanogênese. Além de suas propriedades despigmentantes, estudos *in vitro* demonstram que ela apresenta efeitos anti-inflamatórios, antimicrobianos, sebo estáticos, estimula a síntese de ceramidas e reduz a permeabilidade capilar mediada por óxido nítrico. O uso tópico da niacinamida, especialmente em formulações cosméticas, é considerado seguro em concentrações de até 4%. Contudo, para o tratamento de hiperpigmentações, preparações com 5% de niacinamida têm mostrado eficácia clínica significativa, conforme estudos realizados em populações asiáticas, com aplicações duas vezes ao dia por oito semanas. Apesar da boa tolerabilidade, podem ocorrer efeitos adversos leves, como sensação de ardor, eritema e prurido. (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2024)

- j) Ácido Azelaico: O ácido azelaico é um ácido dicarboxílico de ocorrência natural, originalmente isolado do microrganismo associado à *Pitiríase versicolor*. Ele tem se mostrado eficaz no tratamento da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI), atuando por meio de múltiplos mecanismos. Dentro suas principais ações, destacam-se a inibição da enzima tirosinase, responsável pela síntese de melanina, e seus efeitos citotóxicos e antiproliferativos seletivos sobre melanócitos anormais. Esses efeitos ocorrem por meio da interferência na síntese de DNA e na atividade de enzimas

mitocondriais, contribuindo para a redução das áreas hiperpigmentadas sem comprometer os melanócitos normais. As formulações disponíveis de ácido azelaico incluem o gel a 15%, geralmente indicado para o tratamento da rosácea, e o creme a 20%, comumente utilizado no manejo da acne vulgar, melasma e também da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI). (Davis; Callender, 2010)

Em peles negras, a hiperpigmentação pós-inflamatória é uma consequência frequente de processos inflamatórios cutâneos, sendo motivo de preocupação estética e emocional para muitos pacientes. Apesar disso, há uma ampla gama de tratamentos considerados seguros e eficazes para esse grupo, com destaque para o uso de agentes despigmentantes tópicos que, quando corretamente indicados, oferecem bons resultados no clareamento das lesões pigmentares. (Davis; Callender, 2010).

Além do tratamento, também precisamos considerar a prevenção da HIP, que podem ser alcançados com fotoproteção usando filtros solares de amplo espectro, bem como ingredientes naturais que inibem as vias melanogênicas e causam despigmentação, ao mesmo tempo em que reduzem a inflamação. (Markiewicz et al., 2022)

## 2.4 Atuação do Esteticista no Tratamento da Pele Negra

O profissional de estética tem papel fundamental na promoção da saúde e da autoestima por meio de procedimentos que visam a manutenção e recuperação da integridade da pele. No caso da pele negra, esse cuidado exige conhecimento aprofundado sobre suas particularidades fisiológicas e anatômicas,

sobretudo diante de condições como a hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI), que afeta significativamente indivíduos com fototipos elevados (Davis; Callender, 2010).

A pele negra apresenta maior atividade dos melanócitos e tendência à hiperpigmentação como resposta a inflamações ou traumas, mesmo que leves. Além disso, possui uma barreira cutânea mais densa e resistente, o que influencia a permeabilidade e a resposta a agentes químicos (Alchorne et al., 2024). Tais características tornam indispensável uma abordagem personalizada por parte do esteticista, evitando a utilização de procedimentos ou ativos que possam agravar a condição (Markiewicz et al., 2022).

A atuação ética e técnica do esteticista deve começar com uma anamnese detalhada, identificando fatores desencadeantes, histórico de uso de produtos, exposição solar e tratamentos anteriores. A seleção de ativos despigmentantes deve priorizar substâncias com menor potencial irritativo, como ácido kójico, arbutin e niacinamida, que atuam de forma segura na inibição da melanogênese (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2025). Procedimentos como peelings químicos e microagulhamento podem ser eficazes quando realizados com cautela e com protocolos adaptados ao fototipo cutâneo (Davis; Callender, 2010).

Outro aspecto essencial é a educação em saúde, área em que o esteticista pode contribuir significativamente. A orientação quanto ao uso de fotoprotetores, mesmo em peles escuras, é fundamental, pois a radiação ultravioleta e a luz visível podem agravar os quadros de hiperpigmentação (Fernandes; Ribeiro; Araújo, 2025). A manipulação de lesões acneicas ou inflamatórias também deve ser desencorajada, já que pode resultar em novas manchas escuras.

Contudo, ainda há desafios importantes na formação e atuação desses profissionais. Dantas et al. (2021) identificaram uma lacuna significativa na formação acadêmica voltada para a dermatologia estética racializada, o que contribui para falhas no reconhecimento de patologias e na escolha adequada de tratamentos em pele negra. Tal realidade evidencia a urgência de repensar os currículos dos cursos técnicos e de graduação em estética, incorporando conteúdos que contemplam a diversidade étnico-racial da população brasileira. Nesse sentido, é papel do esteticista buscar capacitação contínua e pautar sua prática em uma perspectiva inclusiva e crítica. Como apontam Chichester et al. (2024), a diversidade fisiológica da pele exige um olhar diferenciado sobre os tratamentos estéticos, que muitas vezes são formulados com base em padrões eurocêntricos. Assim, a prática estética deve ser reformulada de forma a garantir segurança, representatividade e respeito às especificidades da pele negra.

Portanto, a atuação do esteticista frente à HPI em peles negras vai além da técnica. Ela requer sensibilidade social, responsabilidade ética e compromisso com a equidade. Profissionais conscientes das particularidades da pele negra e embasados científicamente podem oferecer não apenas resultados

eficazes, mas também contribuir para a valorização da identidade racial e para o combate a desigualdades históricas no acesso a cuidados estéticos de qualidade.

### 3 METODOLOGIA

Este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica sobre a hiperpigmentação pós-inflamatória (HIP) em pele negra e a atuação do profissional de estética nesse contexto. A pesquisa bibliográfica é o levantamento ou revisão de obras publicadas sobre a teoria que irá direcionar o trabalho científico o que necessita uma dedicação, estudo e análise pelo pesquisador que irá executar o trabalho científico e tem como objetivo reunir e analisar textos publicados, para apoiar o trabalho científico. (Sousa; Oliveira; Alves, 2021)

Para a construção desta revisão, foram selecionados artigos científicos, livros, dissertações, teses e diretrizes de órgãos especializados na área da estética e dermatologia. As fontes de dados consultadas incluem bases de dados como: PubMed, Scielo, Google Acadêmico. Para isso, foram utilizados os descritores e linguagem natural, os quais foram citados no Quadro 2. E também foram utilizados artigos publicados entre os anos de 2008 e 2024.

**Quadro 2 – Descritores selecionados**

<b>DeCS/MeSH</b>	Hiperpigmentação; Hyperpigmentation; Post-inflammatory; Pós-inflamatória;
<b>DeCS/MeSH</b>	Desafios; oportunidades Challenges; opportunities
<b>Linguagem natural</b>	Pele negra; Dark skin. Tratamento em pele negra; Dark skin treatment.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

### Quadro 3 – Estratégia de busca em base de dados

Base de dados	Estratégia utilizada
Google academico	("Pele negra" AND "Tratamento" AND "Desafios") ("Hiperpigmentation" AND "Dark Skin") ("Hiperpigmentação" AND "Pele Negra")
Pubmed	("Postinflammatory Hiperpigmentation" OR Dyschromias AND Dark skin)
SciELO	("Dermatology" AND Dark skin)

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

**Tabela 1- Resultados quantitativos das pesquisas em base de dados**

Base de dados	Estratégia	Resultados	Artigos selecionados
Scielo	("Dermatology" AND "Dark skin")	1	1
Pubmed	("Postinflammatory Hiperpigmentation" OR Dyschromias AND Dark skin)	30	1
Google acadêmico	("pele negra" AND "Tratamento" AND "Desafios") ("Pele negra" AND "Tratamento" OR "Oportunidades") [2020-2025] ("Hyperpigmentation" AND "Dark Skin") ("Hiperpigmentação" AND "Pele Negra")	5.900 7.950 5.650 1.180	0 1 1 2 1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Para a seleção dos estudos, inicialmente foi realizada a busca nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Acadêmico, utilizando os descritores e palavras-chave estabelecidos. Foram identificados 65 estudos, dos quais 27 permaneceram após a leitura dos títulos e resumos. Após a leitura completa, 7 estudos atenderam aos critérios de inclusão e foram considerados para a análise final.

Os critérios de inclusão adotados foram: publicações entre 2008 e 2024, disponíveis em texto completo, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem a hiperpigmentação pós-inflamatória em pele negra

e/ou a atuação do profissional de estética no manejo dessa condição.

Os critérios de exclusão envolveram: artigos duplicados, estudos que abordassem outras dermatoses não relacionadas à hiperpigmentação pós-inflamatória, artigos sem acesso ao texto completo, e estudos cuja metodologia apresentava limitações relevantes.

A seleção dos artigos seguiu as seguintes etapas: (i) leitura dos títulos, (ii) leitura dos resumos, (iii) leitura completa dos textos, e (iv) análise crítica dos estudos selecionados. A Tabela 2 apresenta o detalhamento do processo de seleção dos estudos.

**Tabela 2 - Processo de seleção dos estudos**

Base de Dados	Estudos encontrados	Estudos após leitura de título/ resumo	Estudos após leitura completa	Motivos de exclusão principais
PubMed	24	7	1	Artigo sem acesso completo; tema fora do escopo.
SciELO	15	10	1	Tema fora do escopo
Google Aca-dêmico	30	10	5	Duplicidade; artigo sem acesso completo; qualidade metodológica inadequada.
Total	65	27	7	

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Após a seleção final, os estudos incluídos foram analisados qualitativamente, buscando identificar os principais desafios e oportunidades descritos na literatura.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A seguir, são apresentados os principais resultados dos estudos selecionados para esta revisão bibliográfica, com foco na hiperpigmentação pós-inflamatória (HIP) em pele negra. Os artigos analisados abordam diferentes aspectos da temática, como características da pele negra, mecanismos fisiopatológicos da hiperpigmentação e abordagens terapêuticas utilizadas para o tratamento da HIP específico para a pele negra. O Quadro 4 sintetiza as informações extraídas das publicações em inglês e português, destacando os objetivos dos estudos e suas contribuições para a resolução do problema de pesquisa.

**Quadro 4 – Resultados dos estudos em inglês e português**

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema de pesquisa
Markiewicz et al. (2022)	Taylor e Francis.	Esta revisão resume o conhecimento atual sobre histopatologia e prováveis assinaturas moleculares de um dos problemas mais comuns, a hiperpigmentação pós-inflamatória (HIP) em pele negra.	A hiperpigmentação pós-inflamatória é uma condição grave que requer uma abordagem individualizada e a escolha correta do tratamento. A prevenção e o tratamento atuais e futuros da HPI em pele escura podem ser baseados em formulações que combinam os ingredientes ativos com efeitos inibitórios sinérgicos na melanogênese, atividades anti-inflamatórias e filtros UVR de amplo espectro.

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema de pesquisa
Davis; Cal-lender (2010)	Journal of clinical and aesthetic Dermatology	Tem como objetivo uma revisão da epidemiologia, características clínicas e opções de tratamento em pele negra.	Em peles negras, a hiperpigmentação pós-inflamatória é uma sequela comum e preocupante, mas tratável com agentes despigmentantes tópicos, peelings químicos e laser. O início precoce do tratamento, o uso de protetor solar e a orientação sobre fotoproteção são essenciais para um manejo eficaz e seguro.
Dantas et al. (2021)	Revista Extensão e Sociedade	A intervenção, ambientada em moldes remotos devido à pandemia de COVID-19, objetivou abordar com maior profundidade as particularidades dermatológicas referentes à pele negra, uma vez que praticamente todas as referências da literatura médica dão enfoque apenas a peles mais claras.	Diante do requisitado pelas DCNs, conclui-se que a atividade foi bem-sucedida em promover reflexões a respeito de uma temática que, apesar de atual, e de extrema relevância, não é frequentemente comentada nas graduações médicas. De maneira geral, tem-se que a discussão permitiu a aquisição de novas perspectivas a respeito da saúde da população negra, fator que seguramente irá colaborar para a formação profissional racialmente atenta dos presentes.
Alchorne et al. (2024)	Anais de dermatologia	Este artigo tem como objetivo revisar a literatura sobre características intrínsecas, assim como aspectos epidemiológicos e clínicos das manifestações cutâneas de diferentes dermatoses na pele negra.	Nesse estudo, foi verificado que há diferenças, às vezes marcantes, entre os aspectos estruturais, biológicos e funcionais das peles negra e clara. Também há alterações fisiológicas que precisam ser reconhecidas para se evitar intervenções desnecessárias.
Chichester et al. (2024)	Revista eletrônica Acervo Saúde	Discutir o estudo da pele negra na dermatologia, propondo uma análise social e enfatizando as particularidades fisiológicas e as dermatoses mais prevalentes nesse grupo.	O estudo mostra que é necessário destinar maior enfoque ao estudo da semiologia dermatológica na pele negra, uma vez que se observam diferenças importantes na sua estrutura e, consequentemente, nas suas respostas a certos estímulos.
Harnchoowong; Vachiramont; Jurairattanaporn (2024)	Dovepress; Taylor e Francis.	Esta revisão se concentrou no conhecimento básico e nos pontos-chave para a realização de procedimentos cosméticos seguros em pacientes com pele escura. Em termos de estrutura e função da pele, pessoas de cor têm espessura epidérmica, tamanho de corneócitos e número de melanócitos iguais.	Nesse estudo é comprovado que hoje em dia, os médicos precisam lidar com pacientes com diferentes tipos de pele. Pacientes com SOC ou diferentes etnias apresentam diferentes fatores anatômicos e fisiológicos. Estes podem afetar a eficácia e a segurança dos tratamentos cosméticos. Para medicamentos tópicos, o conhecimento sobre os efeitos do tratamento tópico em peles mais escurecas permanece controverso.

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema de pesquisa
Fernandes; Ribeiro; Araújo (2025)	Cosmetics & Toiletries (Brasil)	O artigo teve como objetivo, descrever os diferentes tipos de hiperpigmentação cutânea e, também, os mecanismos de ação dos diferentes despigmentantes cosméticos.	O estudo concluiu que a radiação solar e a luz visível influenciam a hiperpigmentação cutânea, reforçando a importância da proteção solar. Destaca-se a necessidade de promover a educação sobre o uso do protetor solar e de aprofundar pesquisas sobre causas e tratamentos da hiperpigmentação, visando melhorar a qualidade de vida dos afetados.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Os resultados da análise apontam que, embora a hiperpigmentação pós-inflamatória seja uma condição comum entre indivíduos de pele negra, os profissionais de estética ainda enfrentam desafios significativos relacionados à formação acadêmica limitada e ao acesso a protocolos específicos para esse grupo. Dantas et al. (2021) evidenciam que a escassez de conteúdos voltados para a dermatologia em peles negras compromete a prática clínica, resultando em diagnósticos e tratamentos inadequados. Essa lacuna de conhecimento destaca a necessidade de capacitação contínua, com ênfase em características clínicas particulares da pele mais pigmentada.

Além disso, Markiewicz et al. (2022) reforçam que a escolha de tratamentos inadequados pode agravar a hiperpigmentação em vez de reduzi-la. Nesse sentido, a oportunidade para uma prática estética mais segura reside na individualização dos protocolos, com a utilização de substâncias ativas que apresentem perfil anti-inflamatório, despigmentante e fotoprotetor. A educação dos pacientes quanto à proteção solar diária, conforme enfatizado por Fernandes, Ribeiro e Araújo (2025), também representa uma estratégia essencial para prevenir a piora do quadro e promover melhores resultados terapêuticos.

Outro desafio identificado refere-se às diferenças anatômicas e fisiológicas da pele negra, conforme descrito por Alchorne et al. (2024) e Harnchoowong, Vachiramon e Jurairattanaporn (2024). A maior propensão à resposta inflamatória exacerbada, combinada à tendência à hiperpigmentação como mecanismo de defesa natural, exige abordagens cosméticas que respeitem essas especificidades, minimizando riscos e otimizando a eficácia dos tratamentos.

Por fim, Davis e Callender (2010) e Chichester et al. (2024) ressaltam que o desenvolvimento de novas tecnologias e produtos adaptados para a pele negra, bem como a inclusão desse público em pesquisas clínicas, são oportunidades valiosas para avanços na área estética. Investir em protocolos de atendimento inclusivos e personalizados, que considerem não apenas as diferenças biológicas, mas também aspectos socioculturais, é fundamental para garantir resultados seguros e satisfatórios.

Dessa forma, compreende-se que o enfrentamento dos desafios requer tanto a atualização constante dos profissionais de estética quanto a promoção de práticas inclusivas que valorizem a diversidade cutânea. Somente assim será possível consolidar abordagens terapêuticas mais eficazes, éticas e respeitosas às necessidades específicas da pele negra.

**Quadro 5- Desafios e oportunidades no cuidado da Pele Negra**

Tema	Desafios	Oportunidades
Tratamento	Construir um protocolo de tratamento personalizado	Desenvolver abordagens específicas, eficazes e seguras para peles mais pigmentadas.
Hiperpigmentação	Alta sensibilidade a inflamação e maior risco de hiperpigmentação pós-inflamatória	Utilizar ativos despigmentantes seguros e não irritantes; promover fotoproteção diária
Produtos	Falta de cosméticos testados em peles negras.	Criar e testar formulações dermatologicamente seguras e eficazes para diferentes fototipos.
Prevenção de manchas	Dificuldade em identificar sinais precoces devido a maior produção de melanina	Investir em educação estética sobre sinais clínicos específicos e uso precoce de antioxidantes e filtro UV.
Envelhecimento	Menor visibilidade de sinais clássicos de envelhecimento, o que pode dificultar a intervenção.	Promover tratamentos preventivos focados em firmeza, hidratação e luminosidade.
Atuação do Esteticista	Falta de formação sobre as especificidades da pele negra.	Capacitação contínua, inclusão de conteúdos étnico-raciais em cursos e valorização da diversidade cutânea.

Fonte: Elaborado pela autora baseado em Davis e Callender, 2010; Chichester et al., 2024; Alchorne; Abreu, 2008.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo geral compreender os principais desafios enfrentados pelos profissionais de estética no tratamento da hiperpigmentação pós-inflamatória (HPI) em peles negras, bem como identificar oportunidades para uma abordagem mais eficaz, segura e inclusiva. A revisão integrativa realizada permitiu constatar que a HPI em peles negras ainda é um tema pouco abordado na literatura nacional, o que contribui para a lacuna no conhecimento técnico e científico por parte dos profissionais da estética.

Os principais achados revelaram que há uma escassez de protocolos específicos para peles negras, além de um número limitado de estudos que abordam de forma aprofundada a fisiologia cutânea da pele

com maior concentração de melanina. Essa ausência de informação adequada impacta diretamente na qualidade dos tratamentos oferecidos, podendo resultar em intervenções ineficazes ou até prejudiciais, reforçando desigualdades raciais no acesso a cuidados estéticos qualificados.

Criticamente, percebe-se que, embora exista uma crescente conscientização sobre a importância da inclusão racial na área da saúde e estética, ainda são necessários avanços significativos na formação dos profissionais e no incentivo à produção científica sobre o tema. Os achados deste estudo reforçam a necessidade de abordagem individualizada, baseada na compreensão das particularidades da pele negra, respeitando sua fisiologia e reatividade específicas.

Entre as limitações desta pesquisa, destaca-se a escassez de publicações específicas

com foco na atuação do profissional de estética em relação à HPI em peles negras, o que limitou a profundidade da análise em alguns aspectos. Além disso, como se trata de uma revisão bibliográfica, não foram incluídos dados empíricos ou experiências práticas de profissionais da área, o que seria enriquecedor.

Como perspectivas futuras, sugere-se a realização de estudos clínicos e qualitativos que envolvam diretamente profissionais de estética e pacientes com pele negra, a fim de desenvolver protocolos mais eficazes e culturalmente sensíveis. É essencial

também investir na formação técnica e ética dos esteticistas, para que saibam reconhecer e tratar a HPI de forma segura, respeitosa e personalizada.

Por fim, a presente pesquisa contribui para a valorização da estética como campo que também promove saúde, autoestima e inclusão. Ao destacar a importância do olhar atento à diversidade racial, este estudo reforça o papel transformador do esteticista no cuidado com a pele negra — um cuidado que deve ser, acima de tudo, baseado na ciência, no respeito e na equidade.

## R E F E RÊNCIAS

- A**LCHORNE, M. M. de Avelar. et al. Dermatologia na Pele Negra. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, v. 99, p. 3, 2024. Disponível em: <https://www.anaisdedermatologia.org.br/pt-dermatologia-na-pele-negra-articulo-S2666275224000079>. Acesso em: 18 fev. 2025.
- A**LVES, D. G. L. et al. **Estrutura e função da pele**. [S. l.], 2016. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Kashiwabara-Kashiwabara/publication/332762755\\_1--MEDICINA\\_AMBULATORIAL\\_7/links/5cc852044585156cd7bc10ec/1-MEDICINA-AMBULATORIAL-7.pdf#page=13](https://www.researchgate.net/profile/Kashiwabara-Kashiwabara/publication/332762755_1--MEDICINA_AMBULATORIAL_7/links/5cc852044585156cd7bc10ec/1-MEDICINA-AMBULATORIAL-7.pdf#page=13). Acesso em: 7 abr. 2025.
- C**HICHESTER, A.V. A. et al. Particularidades dermatológicas, fisiológicas e as dermatoses na pele negra. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 12, p. 12, 2024. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/18015>. Acesso em: 20 mar. 2025.
- D**ANTAS, M. P. et al. Vista do Peles Pretas Importam: um manifesto em prol da abordagem de afecções dermatológicas em pele negra. **Revista Extensão & Sociedade**, v. 12, p. 250-251, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/extensaoesociedade/article/view/24292/14338>. Acesso em: 18 fev. 2025.
- D**AVIS, E. C.; CALLENDER, V. D. Postinflammatory hyperpigmentation: A review of the epidemiology, clinical features, and treatment options in skin of color. **The Journal of clinical and aesthetic dermatology**, v. 7, p. 20-31, 2010. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov.translate.google/articles/> PMC2921758/?\_x\_tr\_sl=en&\_x\_tr\_tl=pt&\_x\_tr\_hl=pt&\_x\_tr\_pto=tc. Acesso em: 18 fev. 2025.
- F**ERNANDES, D.; RIBEIRO, H. M.; ARAUJO, A. R. **Hiperpigmentação Cutânea e Despigmentantes Cosméticos**, v. 37, p. 22-30, 2025. Disponível em: [http://www.cosmeticsonline.com.br/ct/painel/class/artigos/uploads/8f4c6-CT372\\_22-30.pdf](http://www.cosmeticsonline.com.br/ct/painel/class/artigos/uploads/8f4c6-CT372_22-30.pdf). Acesso em: 16 abr. 2025.
- H**ARNCHOOWONG, S; VACHIRAMON, V; JURAIRATTANAPORN, N. Cosmetic considerations in dark-skinned patients: CCID, **Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology**, v. 17, p. 259-277, 2025. Disponível em: <https://www.dovepress.com/cosmetic-considerations-in-dark-skinned-patients-peer-reviewed-fulltext-article-CCID>. Acesso em: 20 mar. 2025.
- M**ARKIEWICZ, E. et al. Post-inflammatory hyperpigmentation in dark skin: CCID, **Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology**, v. 15, p. 2555-2565, 2022. Disponível em: <https://www.dovepress.com/post-inflammatory-hyperpigmentation-in-dark-skin-molecular-mechanism-a-peer-reviewed-fulltext-article-CCID>. Acesso em: 20 mar. 2025.
- S**OUSA, A. S. de.; OLIVEIRA, G. S. de.; ALVES, L. H. A Pesquisa Bibliográfica: Princípios e fundamentos, **Cadernos da FUCAMP**, v. 20, p. 43, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 20 mar. 2025.
- T**ASSINARY, J; SINIGAGLIA, M; SINIGAGLIA, G. Raciocínio clínico aplicado à estética facial. **Estética Experts**, [S. l.], 2019.

# A CONTRIBUIÇÃO DO ESTETICISTA NA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR DE CUIDADOS PALLIATIVOS ONCOLÓGICOS: REVISÃO DE LITERATURA SOBRE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS)

THE CONTRIBUTION OF THE ESTHETICIAN IN THE MULTIDISCIPLINARY ONCOLOGIC PALLIATIVE CARE TEAM: A LITERATURE REVIEW ON INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES (ICPS)

R E S U M O

**Introdução:** Os cuidados paliativos na oncologia visam melhorar a qualidade de vida por meio do alívio do sofrimento físico e emocional. As Práticas Integrativas e Complementares (PICS), reconhecidas pelo SUS, têm se destacado como suporte terapêutico eficaz, seguro e humanizado. A formação do esteticista, ao incorporar algumas dessas práticas, amplia sua atuação em contextos multiprofissionais, especialmente no cuidado a pacientes com câncer. **Objetivo:** Analisar, dentre as práticas da formação do esteticista incluídas no Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS, quais são utilizadas na assistência a pacientes oncológicos em cuidados paliativos para a melhoria da qualidade de vida. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa e caráter exploratório. Foram selecionados 14 artigos publicados entre 2020 e 2024, nos idiomas português e inglês, nas bases PubMed, Google Acadêmico e BVS MTCI. **Resultados:** As práticas mais recorrentes nos estudos foram a aromaterapia, a auriculoterapia e as terapias manuais, como reflexologia, massoterapia e drenagem linfática. Os achados evidenciam benefícios relevantes na redução de sintomas físicos e emocionais, como

Raquel Magalhães da Fonseca<sup>1</sup>  
[raqmagfon@gmail.com](mailto:raqmagfon@gmail.com)

Data de submissão: 03/06/2025  
Data de aprovação: 12/09/2025



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

<sup>1</sup> Bacharelado em Estética  
Universidade FUMEC

dor, ansiedade, fadiga, distúrbios do sono, náuseas e vômitos. **Conclusão:** Conclui-se que o esteticista pode atuar com competência em equipes multiprofissionais de cuidados paliativos oncológicos, em contextos clínicos e hospitalares. As PICs analisadas demonstram eficácia e segurança na melhoria da qualidade de vida, ampliando as opções terapêuticas e fortalecendo uma atenção centrada no bem-estar. Contudo, a escassez de estudos que reconheçam explicitamente essa atuação evidencia a necessidade de consolidar uma base teórica que relate os benefícios das PICs na oncologia à formação técnica do esteticista.

**Palavras-chave:** cuidados paliativos; oncologia; esteticista; práticas integrativas e complementares; terapias complementares.

## A B S T R A C T

**Introduction:** Palliative care in oncology aims to improve quality of life by relieving physical and emotional suffering. Integrative and Complementary Practices (ICPs), recognized by the SUS, have stood out as an effective, safe and humanized therapeutic support. By incorporating some of these practices into their training, estheticians can expand their work in multi-professional contexts, especially in the care of cancer patients. Translated with DeepL.com (free version) **Objective:** To analyze which practices included in the esthetician's training and recognized by the National Policy on Integrative and Complementary Practices (PNPIC) are used in the care of cancer patients receiving palliative care to improve their quality of life. **Methodology:** This is an integrative literature review with a qualitative and exploratory approach. Fourteen articles published between 2020 and 2024, in Portuguese and English, were selected from the PubMed, Google Scholar, and BVS MTCI databases. **Results:** The most frequently cited practices were aromatherapy, auriculotherapy, and manual therapies, such as reflexology, massage therapy, and lymphatic drainage. The findings highlight significant benefits in reducing physical and emotional symptoms, including pain, anxiety, fatigue, sleep disorders, nausea, and vomiting. **Conclusion:** It is concluded that estheticians can competently participate in multidisciplinary oncology palliative care teams within clinical and hospital environments. The analyzed

ICPs show effectiveness and safety in improving patients' quality of life, expanding therapeutic options and strengthening integrative, patient-centered care. However, the lack of studies explicitly recognizing this role reinforces the need to establish a theoretical foundation linking the benefits of ICPs in oncology to the aesthetician's technical and practical training.

**Keywords:** palliative care; oncology; aesthetician; integrative and complementary practices; complementary therapies.

## 1 INTRODUÇÃO

No século XIX, os cuidados médicos eram direcionados principalmente para o alívio dos sintomas, enquanto a doença seguia seu curso natural. Com a chegada do século XX, a busca pela cura passou a nortear as práticas médicas e impulsionou o avanço das pesquisas científicas. Na segunda metade do século XX, destacou-se o movimento hóspice, que introduziu novas abordagens e terapias focadas no controle da dor. Baseado na filosofia de que o paciente em fase terminal é um ser humano em constante evolução até o fim da vida, os cuidados paliativos surgiram fundamentados no conforto e na assistência integral ao indivíduo, oferecendo suporte que vai além do tratamento da doença, com foco em melhorar a qualidade de vida e aproximar o paciente do que seria uma vida normal (Saltz; Juver, 2014).

Atualmente, a importância dos cuidados paliativos reside na sua capacidade de proporcionar alívio do sofrimento físico, emocional e espiritual, melhorando a qualidade de vida de pacientes com doenças graves e seus familiares (Brasil, 2014). Aliñhado a essa perspectiva, a Portaria GM/MS nº 3.681/2024 estabelece diretrizes para a organização dos cuidados paliativos no âmbito do Sistema Único de Saúde

(SUS), destacando, em seu artigo 2º, inciso I, a necessidade de ações voltadas ao “gerenciamento de sintomas como dor, dispneia, desconforto e náuseas, com abordagens terapêuticas que promovam conforto à pessoa” (Brasil, 2024d). Esse direcionamento reforça o caráter integral e humanizado desses cuidados, reconhecendo a complexidade da experiência de adoecimento.

Nesse contexto, a interdisciplinaridade da equipe multidisciplinar se torna fundamental para a eficácia dos cuidados paliativos oncológicos, já que a complexidade das necessidades desse paciente abrange múltiplas dimensões (Saltz; Juver, 2014). Para Leme (2000) a abordagem interdisciplinar sugere uma reestruturação dos saberes e uma reorganização da equipe de saúde.

Desde a década de 1970, a Organização Mundial da Saúde (OMS) tem incentivado que práticas/saberes de saúde tradicionais ou alternativos, conhecidas como Medicinas Tradicionais Complementares e Integrativas (MTCI), sejam consideradas como opções de tratamento pelos sistemas de saúde nacionais (Tesser et al., 2018). No Brasil, as Práticas Integrativas e Complementares (PICS), reconhecidas pela OMS como parte das MTCI, estão incluídas no Sistema Único de Saúde (SUS) através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), instituída em 2006 pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2022). De acordo com Spadacio e Barros (2008) os motivos técnicos para a utilização de Medicinas Alternativas e Complementares (MAC) no tratamento do câncer estão fortemente associados à insatisfação com as terapias convencionais, especialmente em relação aos efeitos colaterais e à interação com os profissionais de saúde. Além disso, essas práticas não convencionais promovem maior autonomia e humanização.

Diante de abordagens de Práticas Integrativas e Complementares que priorizam o cuidado integral do paciente, em vez de focar exclusivamente na doença, surge a necessidade de explorar a contribuição específica do esteticista em cuidados paliativos com as PICS. Nesse cenário, o problema desta pesquisa se aplica a: **quais práticas contempladas na formação do esteticista, que estão incluídas no Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS, que podem ser aplicadas aos pacientes oncológicos em cuidados paliativos com a finalidade da melhoria da qualidade de vida?**

O objetivo geral deste artigo é analisar dentre as práticas da formação do esteticista, incluídas no Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS, quais são utilizadas na assistência aos pacientes oncológicos em cuidados paliativos na oncologia para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes oncológicos. Especificamente, pretende-se como objetivo específico:

- a. Identificar as práticas estéticas que fazem parte do Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS e que são aplicáveis em cuidados paliativos na oncologia;
- b. Realizar uma revisão integrativa de literatura sobre a eficácia das PICS na melhoria da qualidade de vida de pacientes oncológicos em cuidados paliativos.

Este estudo justifica-se pela crescente utilização de Práticas Integrativas e Complementares (PICs) por pacientes oncológicos em cuidados paliativos, conforme destacado por Spadacio e Barros (2008), evidenciando a busca por abordagens que complementem os tratamentos convencionais. Pacientes oncológicos frequentemente enfrentam uma redução significativa na qualidade de vida em

virtude dos sintomas da doença e dos efeitos adversos dos tratamentos convencionais, como quimioterapia e radioterapia. Essa realidade evidencia a necessidade de intervenções complementares eficazes para melhorar o bem-estar desses indivíduos, conforme afirmado por Dwi Gayatri et al. (2020). Diante da variedade de terminologias presentes na literatura, como Medicinas Alternativas e Complementares (MAC), Medicina Complementar e Alternativa (CAM) e Medicinas Tradicionais Complementares e Integrativas (MTCI), este trabalho utilizará o termo PICs de maneira padronizada, visando garantir clareza e consistência ao longo da pesquisa.

Este artigo está dividido em cinco seções: a primeira conta a introdução, seguida da revisão teórica, metodologia, resultados, e, por fim, as considerações finais.

## 2 REVISÃO TEÓRICA

Nesta fundamentação teórica, serão abordados os cuidados paliativos e sua implementação no SUS, além das Práticas Integrativas e Complementares (PICs). Serão discutidos os desafios e a contribuição da equipe multidisciplinar, com ênfase no papel do esteticista, ressaltando como essas abordagens podem melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

### 2.1 Cuidados paliativos

No final da década de 1950, em Londres, a médica Cicely Saunders iniciou pesquisas que ampliaram a compreensão sobre o sofrimento dos pacientes em fase avançada de doenças incuráveis, abordando aspectos físicos, emocionais, espirituais e sociais, bem

como o impacto desse sofrimento sobre seus familiares. Seus estudos deram origem ao movimento hospice, cujo princípio central é oferecer um cuidado integral, valorizando a dignidade do paciente e a participação ativa da família, mesmo diante da impossibilidade de cura. A partir dessa filosofia de acolhimento e assistência humanizada, surgiram os cuidados paliativos como prática estruturada dentro da área da saúde (Saltz; Juver, 2014).

Os cuidados paliativos são benéficos para pacientes de todas as idades — crianças, adultos e idosos (Brasil, 2023a). A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que aqueles que enfrentam doenças graves e ameaçadoras à vida, como câncer, demência, doenças cardíacas, pulmonares, neurológicas, hepáticas, renais e HIV/AIDS, frequentemente ocorrem de cuidados especializados para melhorar sua qualidade de vida. Esses indivíduos podem ser beneficiários de cuidados paliativos. A OMS ressalta que o tratamento ativo e o tratamento paliativo não são excludentes, enfatizando que os cuidados paliativos devem ser introduzidos de forma contínua e concomitante ao diagnóstico e tratamento, até o final da vida.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define:

“Cuidados Paliativos consistem na assistência promovida por uma equipe multidisciplinar, que objetiva a melhoria da qualidade de vida do paciente e seus familiares, diante de uma doença que ameace a vida, por meio da prevenção e alívio do sofrimento, por meio de identificação precoce, avaliação impecável e tratamento de dor e demais sintomas físicos, sociais, psicológicos e espirituais” (WHO, 2002).

Nesse contexto a diferenciação entre cuidados paliativos especializados e gerais é essencial para atender pacientes com doenças ameaçadoras à vida, independentemente de haver possibilidade de reversão ou tratamento curativo. De acordo com Andrade e Souza (2024), os cuidados paliativos gerais, normalmente administrados por profissionais com formação básica como médicos e enfermeiros, atendem a grande parte das

demandas de saúde, enquanto casos mais complexos são encaminhados para equipes de cuidados paliativos especializados. As equipes de cuidados paliativos especializados, lidam com pacientes que necessitam de intervenções mais avançadas e complexas.

No Quadro 1, a seguir, serão abordados os aspectos que diferenciam a prática dos cuidados paliativos gerais e especializados.

**Quadro 1 - Atribuições dos cuidados paliativos gerais e especializados**

Cuidados paliativos gerais	Cuidados paliativos especializados
Manejo básico da dor e sintomas gerais.	Manejo da dor ou outros sintomas de difícil controle.
Manejo básico da depressão e ansiedade.	Supor te em casos de depressão mais complexa, luto complicado e angústia existencial.
Discussões básicas sobre: prognóstico, objetivos do tratamento, sofrimento físico, emocional, espiritual e social.	Assistência na resolução de conflitos em relação a objetivos ou métodos de tratamento entre os próprios familiares, entre equipes e familiares ou entre diferentes equipes.
Acolhimento psicossocial aos familiares.	Assistência na resolução de casos de possível futilidade terapêutica.

Fonte: Manual de Cuidados Paliativos (D'alessandro et al., 2023).

Os cuidados paliativos gerais proporcionam suporte precoce e melhoram a qualidade de vida de pacientes com necessidades menos complexas, enquanto os cuidados especializados garantem intervenções adequadas para casos mais desafiadores. A divisão entre esses níveis de cuidado não apenas otimiza recursos e melhora a eficiência no atendimento, como também, ao serem integrados como um componente essencial dos sistemas de saúde, reforçam a equidade no acesso. Isso é particularmente relevante para países que enfrentam desafios na cobertura universal, promovendo um sistema de saúde mais inclusivo e eficaz (Brasil, 2023c).

### 2.1.1 Implementação dos cuidados paliativos no SUS

A trajetória dos cuidados paliativos no Brasil revela um processo de consolidação progressiva, iniciando-se com ações pontuais na década de 1970 e culminando na formulação de políticas públicas mais estruturadas. Essa evolução demonstra o amadurecimento da abordagem institucional frente ao cuidado de pessoas com doenças ameaçadoras à vida, reconhecendo a complexidade e a integralidade que esse tipo de assistência demanda (Brasil,

2023a). A Figura 1, a seguir, apresenta uma linha do tempo com os principais marcos dessa trajetória, evidenciando a crescente inserção dos cuidados paliativos na agenda de saúde pública brasileira.

**Figura 1 – Linha do tempo da trajetória dos cuidados paliativos no Brasil (1970-2024)**



Fonte: Adaptado de Brasil, 2023.

Em 2024, foi sancionada a Lei nº 15.069, que institui a Política Nacional de Cuidados, estabelecendo diretrizes para a garantia do direito ao cuidado no Brasil (Brasil, 2024a). No âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Cuidados Paliativos (PNCP) foi formalizada pela Portaria GM/MS nº 3.681, de 7 de maio de 2024. Essa política define três eixos centrais: a formação de equipes multiprofissionais em cuidados paliativos, a promoção da educação na área e a garantia de acesso a medicamentos essenciais para aqueles que recebem esses cuidados (Brasil, 2024b).

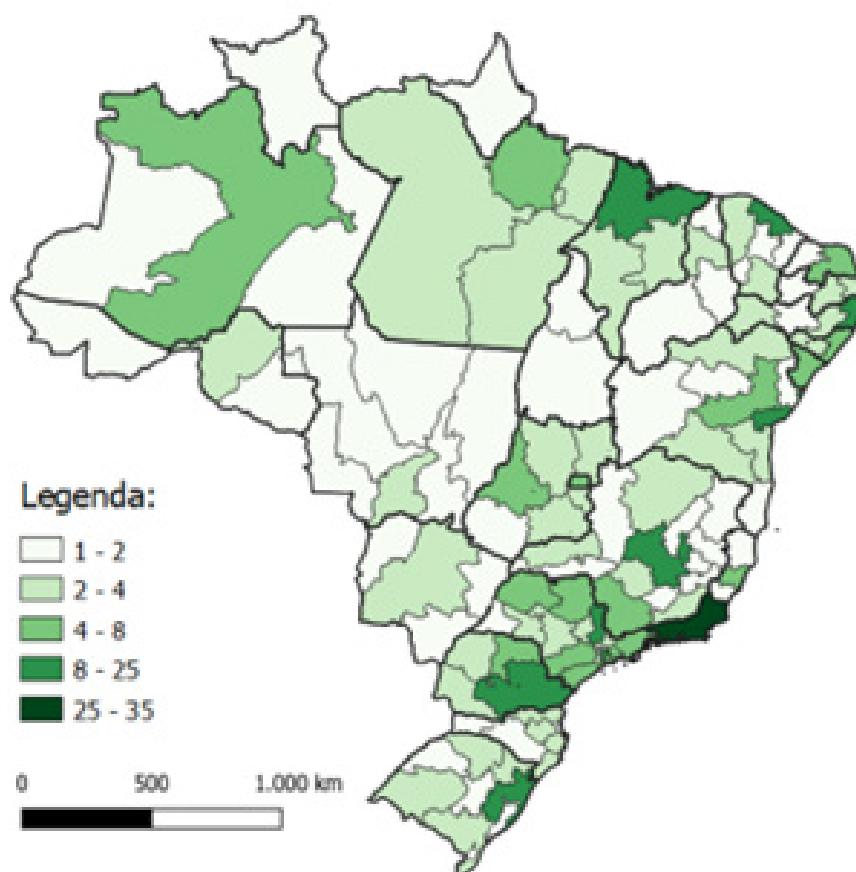
A implementação da PNCP no Brasil está ocorrendo de forma estratégica em várias regiões. O Hospital Sírio-Libanês, por exemplo, lançou um projeto que se estende de 2024 a 2026, com o objetivo de apoiar a política em serviços de saúde como hospitais, ambulatórios e serviços de atendimento domiciliar em todo o país. O projeto inclui a capacitação de profissionais, estabelecimento de fluxos de atendimento e criação de ferramentas para

identificação da demanda por cuidados paliativos (PROADI-SUS, 2024).

Ao contemplar a formação de equipes multiprofissionais, a PNCP permite que os gestores integrem diversos profissionais de saúde, como fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, dentistas e farmacêuticos, entre outros. Essa abordagem visa oferecer um atendimento mais humanizado e eficaz para pacientes e suas famílias (Brasil, 2024).

No entanto, a distribuição dos serviços de cuidados paliativos no Brasil apresenta desigualdades significativas entre as regiões, refletindo disparidades no acesso à assistência integral. De acordo com dados do Atlas de Cuidados Paliativos de 2022, a maior concentração desses serviços está localizada na região Sudeste, que abriga 41,8% das unidades cadastradas. Em seguida, a região Nordeste reúne 25,7% dos serviços, enquanto o Sul representa 17,1%. Já a região Norte apresenta o menor índice, com apenas 3,4%, sendo a única onde não há cobertura em todos os estados. (Guirro et al., 2023).

**Figura 1 - Distribuição das Equipes Matriciais de Cuidados Paliativos (EMCP ou EMCPAP), por macrorregião, considerando a proporção 1/500 mil hab.**



Fonte: Brasil, 2023a.

Andrade e Souza (2024) citam desafios significativos para o estabelecimento da política, destacando a necessidade de desmistificar a percepção sobre os cuidados paliativos. Sendo essencial que a sociedade e os profissionais de saúde reconheçam os cuidados paliativos como uma parte fundamental do tratamento, em vez de vê-los como uma desistência, dado que ainda persiste um estigma em torno desses serviços, frequentemente considerados uma medida de último recurso. Além disso, D'alessandro et al. (2023), reconhece uma demanda urgente por

investimentos em recursos materiais e tecnológicos, pois equipamentos e medicamentos específicos devem estar disponíveis em todas as unidades de saúde, especialmente nas áreas mais remotas e carentes.

Portanto, a efetiva implementação da PNCP exige esforços coordenados entre os entes federativos, incentivo à educação permanente, regionalização das ações e financiamento sustentável, de modo a garantir acesso equitativo, integral e contínuo aos cuidados paliativos no SUS.

## 2.2 Práticas Integrativas e Complementares (PICs)

Segundo o Ministério da Saúde, as Práticas Integrativas e Complementares no Brasil são consideradas parte das Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (MTCI), conforme a definição estabelecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Essas práticas reforçam a visão integral da saúde ao serem conceituadas como:

"Abordagens terapêuticas que têm como objetivo prevenir agravos à saúde, a promoção e recuperação da saúde, enfatizando a escuta acolhedora, a construção de laços terapêuticos e a conexão entre ser humano, meio ambiente e sociedade." (Brasil, 2022).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) promovem uma abordagem holística e centrada no paciente, mas sua prática clínica enfrenta desafios, como a falta de pesquisas robustas e regulamentações claras. Essa escassez de evidências científicas padronizadas pode causar ceticismo e resistência, tanto entre os profissionais de saúde quanto na percepção pública, limitando a integração

eficaz dessas práticas com os tratamentos convencionais (Angerer et al., 2023).

Apesar desses desafios, as PICs são implementadas de maneira versátil em diferentes faixas etárias, contribuindo para a promoção da saúde e bem-estar. Em jovens, abordagens como arteterapia e yoga são utilizadas em escolas para aliviar o estresse e desenvolver habilidades de autocuidado. Para adultos, práticas como acupuntura e auriculoterapia são frequentemente integradas à atenção primária, ajudando a gerenciar dores crônicas e condições de saúde mental. Nos idosos, PICs como fitoterapia e acupuntura têm mostrado eficácia no controle de doenças crônicas. Essas implementações refletem a adaptação dessas condutas terapêuticas às necessidades específicas de cada grupo etário, promovendo uma abordagem holística na saúde (Queiroz; Barbosa; Duarte, 2023).

Atualmente, o SUS disponibiliza gratuitamente 29 procedimentos PICS, com atendimentos iniciados na Atenção Básica e estendidos a todos os níveis da Rede de Atenção à Saúde (Brasil, 2023b). A seguir, será apresentado um quadro detalhando as principais práticas terapêuticas disponíveis e suas aplicações.

**Quadro 2 - Sistemas complexos e outras práticas integrativas e complementares em saúde**

Ayurveda	Sistema complexo de origem india, significa ciência da vida. De acordo com os registros, é a medicina tradicional mais antiga da humanidade. Seu arsenal terapêutico inclui conhecimentos do uso de plantas medicinais, de minerais e de sons, dietoterapia, além de proporcionar o enfoque da consciência mediante técnicas de meditação.
Medicina Tradicional Chinesa	Sistema complexo de origem chinesa, constitui uma das medicinas tradicionais mais antigas da humanidade. É fundamentada nas teorias do yin yang, dos cinco elementos, entre outras. O diagnóstico por meio de anamnese, palpação do pulso e observação da face e língua determina os desequilíbrios fisiológicos. Seus recursos terapêuticos incluem a acupuntura, a fitoterapia chinesa, a dietoterapia, a moxaterapia, a ventosaterapia, as práticas corpo e mente etc.

Homeopatia	Sistema complexo de origem alemã e princípio vitalista. O método terapêutico envolve três princípios fundamentais: a Lei dos Semelhantes; a experimentação no homem sadio; e o uso da ultradiluição de medicamentos. Envolve tratamentos com base em sintomas específicos de cada indivíduo.
Medicina Antroposófica/ Antroposofia Aplicada à Saúde	Sistema complexo de base vitalista, considera que as dimensões emocional, mental e espiritual do indivíduo são tão importantes quanto a dimensão corpórea no processo saúde-doença. Faz parte de suas abordagens terapêuticas orientações não medicamentosas gerais e/ou específicas, indicação de tratamentos complementares utilizando terapias antroposóficas, combinação de medicamentos homeopáticos, antroposóficos, fitoterápicos, convencionais etc.
Outras PICS	Apiterapia, aromaterapia, arteterapia, biodança, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, dança circular, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, ozonioterapia, plantas medicinais e fitoterapia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa, terapia de florais, termalismo social/crenoterapia e yoga.

Fonte: Folder sobre Práticas Integrativas e Complementares (Brasil, 2023b).

Segundo o Ministério da Saúde, é essencial compreender que as PICs não devem substituir os tratamentos convencionais; ao contrário, elas atuam como complementos, sendo integradas ao tratamento médico tradicional. A aplicação dessas práticas deve ser realizada por profissionais qualificados, considerando as necessidades específicas de cada paciente (Brasil, 2025).

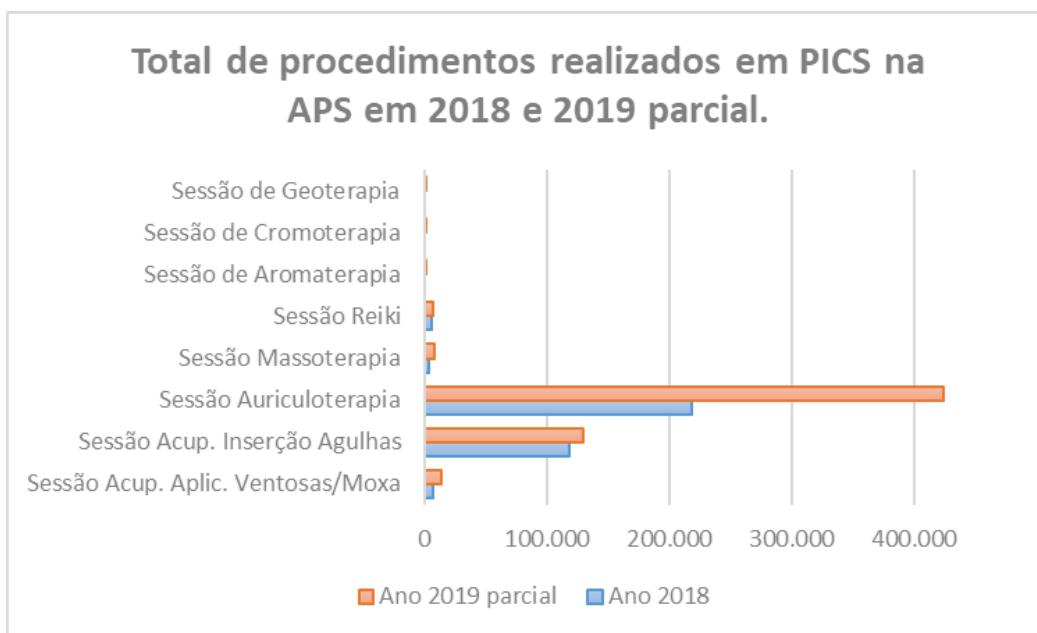
## 2.3 Implementação das PICS no SUS

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) foram oficialmente incorporadas ao Sistema Único de Saúde (SUS) com a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) pela portaria nº 971/2006. Essa política visa promover a saúde e prevenir doenças, com um

enfoque principal na atenção básica. Entre seus objetivos estão o aumento do acesso, a melhoria da eficiência do sistema e a promoção de alternativas sustentáveis de cuidado, envolvendo ativamente usuários, gestores e trabalhadores na implementação das políticas de saúde (Brasil, 2006).

Conforme o Relatório de Monitoramento das PICs no Brasil (2020), essas práticas têm crescido significativamente, especialmente na Atenção Primária à Saúde - APS. O aumento na procura e na oferta desses serviços pode ser observado no número de procedimentos registrados nos Sistemas de Informação da Atenção Básica. Os dados a seguir mostram o total de procedimentos realizados de algumas PICs na APS nos anos de 2018 e 2019 (dados parciais), refletindo a expansão gradual dessas práticas no território nacional.

**Gráfico 1 - Total de procedimentos realizados em PICS na APS em 2018 e 2019 parcial.**



Fonte: Elaboração da autora com base em BRASIL. Relatório de Monitoramento das PICs no Brasil. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

A implementação da PNPIC apresenta tanto potencialidades quanto fragilidades. Segundo Habimorad et al. (2020), a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) tem como um de seus pontos fortes a promoção de uma abordagem humanizada e holística no Sistema Único de Saúde (SUS), favorecendo a prevenção e o cuidado integral. Por outro lado, as fragilidades incluem a falta de formação adequada dos profissionais, o desconhecimento dos gestores e usuários sobre os benefícios das PICs, além da limitação de recursos financeiros. Para superar esses desafios, é essencial investir em capacitação profissional, garantir financiamento sustentável e implementar estratégias de comunicação que ampliem a adesão e o conhecimento sobre as PICs.

Além do contexto brasileiro, é importante observar experiências internacionais que podem servir de inspiração. A Organização Mundial da Saúde (OMS) tem incentivado a

integração de práticas tradicionais e complementares em diversos sistemas de saúde ao redor do mundo. Por exemplo, a Índia estabeleceu o WHO Global Centre for Traditional Medicine, focado em pesquisa e equidade onde ainda há a necessidade de mais estudos que comprovem a eficácia das PICs. Esse modelo indiano pode fornecer importantes insights sobre como fortalecer a implementação das PICs no Brasil, combinando pesquisa e disseminação de informações para consolidar essas práticas no SUS (WHO, 2024).

## 2.4 A equipe multidisciplinar e as PICS

A equipe multidisciplinar desempenha um papel essencial na implementação das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no sistema de saúde. A aplicação eficaz dessas práticas requer capacitação

especializada e um trabalho colaborativo entre diversos profissionais da saúde. Essa colaboração se dá por meio da integração de profissionais de diferentes áreas, permitindo que recursos terapêuticos não medicamentosos, como banhos terapêuticos e terapias manuais, sejam aplicados por enfermeiros, psicólogos, massagistas e outros terapeutas. Esses profissionais atuam em conjunto com médicos e dentistas, utilizando essas abordagens quando indicadas. Por outro lado, os recursos medicamentosos, como fitoterápicos e homeopáticos, são de responsabilidade exclusiva de médicos e dentistas, destacando a clara divisão de competências entre as distintas áreas de atuação. (Brasil, 2015).

De acordo com relatórios recentes, a implementação das PICs dentro do Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro expandiu significativamente. Em 2019, por exemplo, as PICs foram oferecidas em 17.335 serviços em 4.297 municípios, marcando um aumento de 16% em relação a 2017. Essa integração não apenas demonstra um compromisso com a assistência médica holística, mas também enfatiza a colaboração entre equipes multidisciplinares em ambientes de atenção primária à saúde (Brasil, 2020).

A integração de diferentes especialidades e a troca constante de informações entre profissionais garantem que o paciente receba um cuidado holístico e contínuo. Esses processos são fundamentais para evitar lacunas no tratamento, garantindo que as decisões sobre a saúde do paciente sejam compartilhadas e coordenadas de maneira eficiente. Os desafios surgem na necessidade de melhorar a articulação e o fluxo de informações, o que pode comprometer a integralidade do cuidado (Oliveira et al., 2024).

## 2.4.1 O esteticista e as PICS

Conforme o Ministério da Saúde do Brasil, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares busca fomentar práticas que contribuem para o tratamento de doenças e o cuidado integral do paciente, abrangendo dimensões físicas, mentais e sociais. Essa abordagem está alinhada tanto com a formação do esteticista quanto com os cuidados paliativos (Brasil, 2023b). A estética está entre as diversas profissões da saúde e desempenha papel complementar no cuidado integral do paciente, abordando diferentes aspectos que influenciam sua saúde e qualidade de vida (Brasil, 2002).

A formação do esteticista de ensino superior inclui em sua grade curricular diversas Práticas Integrativas e Complementares (PICs) reconhecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), como aromaterapia, cromoterapia, auriculoterapia e terapias manuais, entre outras. Ao incorporar essa abordagem holística, que trata o indivíduo de forma integrada, corpo e mente, o esteticista contribui para a promoção da saúde e bem-estar de forma abrangente. Essa diversidade de práticas amplia as oportunidades de atuação do esteticista no Sistema Único de Saúde (SUS), favorecendo uma visão integral do cuidado com o paciente (Francisco, 2022).

A normalização e representação da terminologia especializada são essenciais para a comunicação eficaz nas áreas de ciência, tecnologia e saúde. O Ministério da Saúde, em colaboração com a CODINF, elaborou o Glossário Temático das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. A seguir, apresento um quadro que identifica os termos técnicos e fornece referências para a compreensão do assunto.

**Quadro 3 - Práticas Integrativas e Complementares  
na formação do esteticista e seus benefícios**

Abordagem	Descrição e Benefícios
Aromaterapia	Prática terapêutica secular que utiliza as propriedades dos óleos essenciais, concentrados voláteis extraídos de vegetais, para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental, ao bem-estar e à higiene. Com amplo uso individual e/ou coletivo, pode ser associada a outras práticas.
Cromoterapia	Prática terapêutica que utiliza as cores do espectro solar – vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta – para restaurar o equilíbrio físico e energético do corpo. Na cromoterapia, as cores são classificadas em quentes (luminosas, com vibrações que causam sensações mais físicas e estimulantes – vermelho, laranja e amarelo) e frias (mais escuras, com vibrações mais sutis e calmantes – verde, azul, anil e violeta). A cor violeta é a de vibração mais alta no espectro de luz, com sua frequência atingindo as camadas mais sutis e elevadas do ser (campo astral).
Auriculoterapia ou Acupuntura Auricular	Técnica terapêutica que promove a regulação psíquico-orgânica do indivíduo por meio de estímulos nos pontos energéticos localizados na orelha – onde todo o organismo se encontra representado como um microssistema. A acupuntura auricular estimula as zonas neurorreativas por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda, previamente preparadas para esse fim.
Terapia Manual-Massoterapia	Prática terapêutica que envolve a aplicação de técnicas manuais sobre os tecidos externos do corpo visando melhorar o funcionamento do organismo como um todo, em decorrência da combinação de fatores mecânicos, fisiológicos e psicológicos. Os benefícios da massoterapia vão além do relaxamento, com efeitos benéficos de grande influência sobre o organismo, no âmbito mecânico, neural, fisiológico e químico, que se relacionam entre si e com fatores emocionais.

Fonte: Adaptado de Glossário Temático: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (Brasil, 2018).

A massoterapia e a auriculoterapia, por exemplo, são reconhecidas pelo Instituto Nacional de Câncer como práticas benéficas para pacientes oncológicos, auxiliando na redução de sintomas físicos e emocionais. Em cuidados paliativos, essas práticas podem ser aplicadas pelo esteticista para melhorar a qualidade de vida do paciente, integrando-se como um suporte terapêutico complementar para o bem-estar e conforto (Brasil, 2023a).

Assim, as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) na formação do esteticista ampliam o cuidado integral de pacientes oncológicos em cuidados paliativos,

proporcionando alívio físico e emocional e melhorando a qualidade de vida. Com essas práticas, o esteticista fortalece seu papel na equipe multidisciplinar, promovendo uma assistência humanizada e em conformidade com as diretrizes do Sistema Único de Saúde (Brasil, 2018).

### 3 METODOLOGIA

A metodologia deste estudo utiliza uma pesquisa bibliográfica por meio de revisão integrativa, permitindo a coleta, seleção e análise de materiais previamente publicados

sobre o tema. A pesquisa bibliográfica tem como objetivo fundamentar o estudo a partir de conceitos e teorias estabelecidos (Gil, 2002). Segundo Whittemore e Knafl (2005) a revisão integrativa proporciona uma síntese abrangente de estudos qualitativos e quantitativos, oferecendo uma visão profunda do assunto, identificando lacunas e contribuindo para o avanço do conhecimento.

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão integrativa porque busca analisar, de forma sistemática, as práticas da formação do esteticista incluídas no Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS e sua aplicabilidade na assistência aos pacientes oncológicos em cuidados paliativos, visando à melhoria de sua qualidade de vida. Adota uma abordagem qualitativa, pois permite a análise interpretativa das evidências, considerando aspectos subjetivos e contextuais das práticas integrativas. Trata-se de uma pesquisa exploratória, dado seu objetivo de identificar e investigar as práticas estéticas aplicáveis em cuidados paliativos na oncologia, além de avaliar a eficácia das PICs por meio de uma revisão de literatura. Por fim, utiliza o método de pesquisa bibliográfica, fundamentando-se em artigos científicos e documentos oficiais

como fontes secundárias para responder aos objetivos propostos (Gil, 2002).

Para atender ao objetivo específico do estudo, realizou-se uma busca nas bases de dados BVS MTCI Américas, Google Acadêmico e PubMed, visando artigos publicados entre 2020 e 2024. Os critérios de inclusão envolveram publicações nos idiomas português e inglês que abordassem práticas integrativas e complementares (PICs) em cuidados paliativos oncológicos, com foco na área da estética. Foram excluídos artigos que não tratavam da aplicação de PICs na oncologia ou mencionassem práticas que não fazem parte das técnicas aplicadas por esteticistas. As práticas específicas de interesse incluíram aromaterapia, terapias manuais e auriculoterapia.

A seleção dos artigos baseou-se em descriptores e estratégias, conforme listados nos Quadros 4 e 5, com o uso de termos provenientes do DeCS (Descriptores em Ciências da Saúde) e do MeSH (Medical Subject Headings). Os descriptores utilizados foram escolhidos para cobrir as práticas estéticas integrativas mencionadas, assegurando que os estudos selecionados tratem da eficácia dessas práticas na melhoria da qualidade de vida de pacientes oncológicos em cuidados paliativos.

**Quadro 4 – Descriptores selecionados**

Inglês	Complementary Integrative Medicine; Complementary Alternative Medicine; Complementary Therapies; Integrative Palliative Care; Massage Therapy; Essential Oil; Auricular Acupressure;
Português	Medicina Integrativa e Complementar; Medicina Paliativa Complementar; Práticas Integrativas e Complementares; Terapias Complementares; Cuidados Paliativos; Aromoterapia; Drenagem Linfática; Auriculoterapia; Neoplasia.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Quadro 5 – Estratégia de busca em base de dados**

<b>Base de dados</b>	<b>Estratégia</b>
PubMed	Essential Oil AND Cancer Auricular Acupressure AND Cancer Medicine Alternative AND Cancer Patients Massage Therapy AND Cancer Patients
Google Acadêmico	Aromaterapia e Cuidados Paliativos Oncológicos Massoterapia e Cuidados Paliativos Oncológicos Drenagem Linfática em Cuidados Paliativos Oncológicos Drenagem Linfática Manual e Neoplasia Auriculoterapia em Pacientes Oncológicos OU Oncologia e Práticas Integrativas
BVS MTCI Américas	("Auriculotherapy" OR "Auricular Therapy" OR "Manual Therapies" OR "Massage" OR "Manual Lymphatic Drainage" OR "Reflexology" OR "Essential Oils" OR "Aromatherapy") AND ("Neoplasms" OR "Neoplasias" OR "Oncology" OR "Cancer")

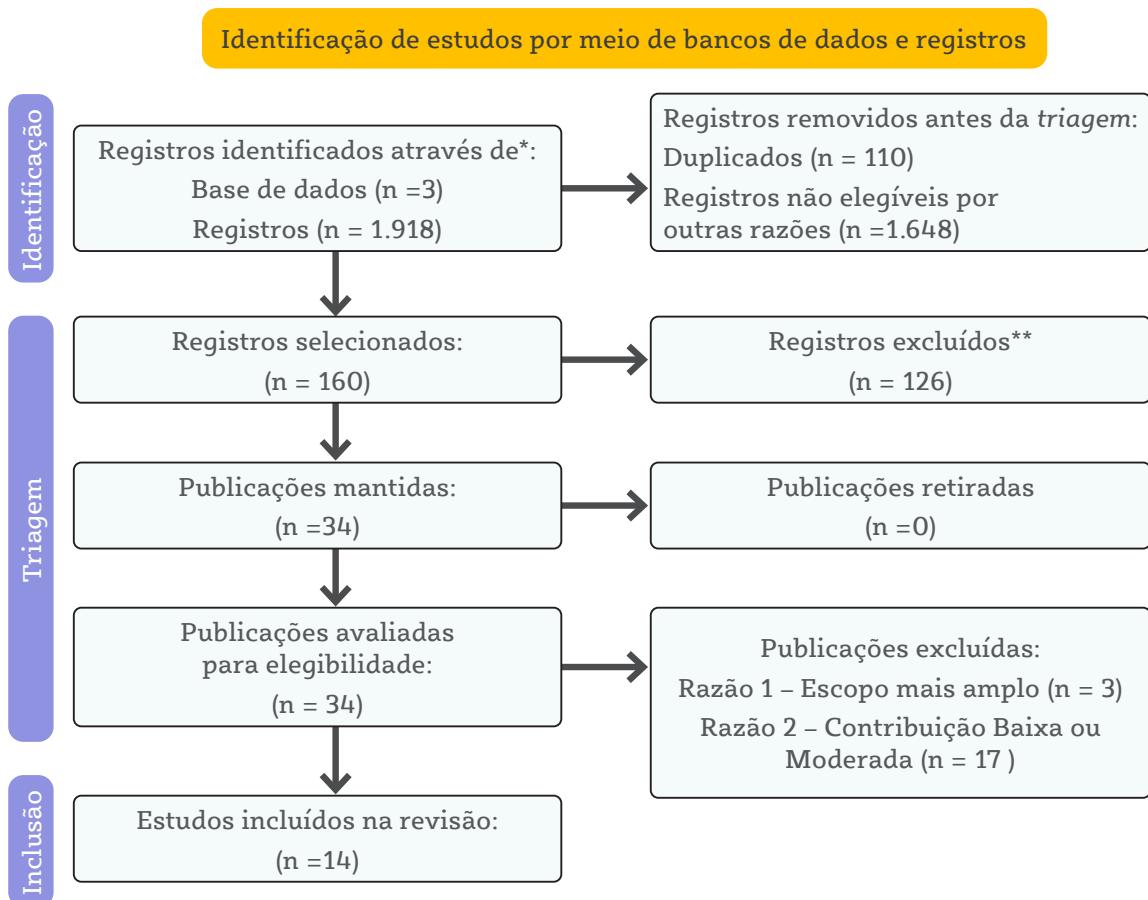
Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Tabela 1 - Resultados quantitativos das pesquisas em base de dados**

<b>Base de dados</b>	<b>Estratégia</b>	<b>Resultados</b>	<b>Artigos selecionados</b>
Pubmed	Essential Oil AND Cancer Auricular Acupressure AND Cancer Medicine Alternative AND Cancer Patients Massage Therapy AND Cancer Patients	112 9 348 69	3 3 4 0
Google Acadêmico	Aromaterapia e Cuidados Paliativos Oncológicos Massoterapia e Cuidados Paliativos Oncológicos Drenagem Linfática em Cuidados Paliativos Oncológicos Drenagem Linfática Manual e Neoplasia Auriculoterapia em Pacientes Oncológicos OU Oncologia e Práticas Integrativas	67 27 177 80 278	0 0 0 0 0
BVS MTCI Américas	("Auriculotherapy" OR "Auricular Therapy" OR "Manual Therapies" OR "Massage" OR "Manual Lymphatic Drainage" OR "Reflexology" OR "Essential Oils" OR "Aromatherapy") AND ("Neoplasms" OR "Neoplasias" OR "Oncology" OR "Cancer")	751	4
Total		1.918	14

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Figura 2 – Fluxograma do Prisma**



Fonte: Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

As buscas realizadas nas bases de dados resultaram em um total de 1.918 artigos. Na primeira etapa de triagem, 110 artigos foram excluídos por duplicidade. Em seguida, foram eliminados 1.648 artigos, principalmente por não abordarem de forma direta a temática proposta. Restaram, então, 160 artigos para leitura dos objetivos e das conclusões. Nessa etapa, foram excluídos 126 estudos que não atendiam aos critérios da presente revisão, cuja proposta é identificar PICs presentes na formação do esteticista,

reconhecidas pela PNPIC, e aplicadas no cuidado paliativo oncológico para promoção da qualidade de vida dos pacientes. Com isso, 34 artigos foram selecionados para leitura na íntegra e classificados em níveis de relevância (baixo, moderado, alto e muito alto), priorizando aqueles com maior rigor metodológico e evidências concretas sobre a eficácia dessas práticas na vida dos pacientes oncológicos. Após essa etapa, 20 artigos foram excluídos por apresentarem escopo mais amplo ou conteúdo com baixa ou moderada contribuição ao objetivo do estudo. Ao final do processo, 14 artigos foram

incluídos no corpus da revisão. O quadro a seguir, apresentado em inglês, sintetiza os principais resultados dos estudos selecionados, com destaque para as práticas mais recorrentes na atuação de esteticistas no

contexto dos cuidados paliativos oncológicos, com ênfase em aromaterapia, auriculoterapia e terapias manuais, estas últimas incluindo técnicas como reflexologia podal, massoterapia e drenagem linfática.

**Quadro 6 – Resultados dos estudos em inglês**

<b>Variáveis</b>				
<b>Autor e ano de publicação</b>	<b>Revista de publicação</b>	<b>Objetivo do estudo</b>	<b>Tipo de pesquisa</b>	<b>Resposta ao problema</b>
ANDERSON et al. (2021)	Clinical Journal of Oncology Nursing	O objetivo deste estudo foi conduzir um ensaio clínico randomizado para avaliar os efeitos da reflexologia podal na dor e náusea entre pacientes internados com câncer, em comparação com os cuidados de enfermagem tradicionais isoladamente.	Ensaio controlado randomizado.	Os resultados mostram que a reflexologia podal diminui significativamente a dor para pacientes internados com câncer em comparação com o cuidado de enfermagem tradicional sozinho. Embora os efeitos sobre a náusea não sejam estatisticamente significativos, eles podem ser clinicamente relevantes; as mudanças médias nas classificações de náusea pré e pós-sessão indicam pelo menos alguma diminuição da náusea entre os pacientes no grupo de intervenção.
CHEN, L. et al. (2021)	Evidence-based complementary and alternative medicine	O objetivo desta revisão foi avaliar sistematicamente o efeito clínico da acupressão auricular (AA) na prevenção e tratamento de náuseas e vômitos induzidos por quimioterapia.	Estudo experimental em laboratório.	A suplementação de acupressão auricular beneficiou náuseas e vômitos induzidos por quimioterapia tardia, bem como constipação, diarreia e cansaço.
CHENG, H. et al. (2022)	BMC Complementary and Alternative Medicine.	Investigar o efeito da aromaterapia na qualidade do sono em pacientes com câncer.	Meta-Análise.	A aromaterapia com um único óleo essencial teve um efeito substancial na qualidade do sono de pacientes com câncer e deve ser recomendada como uma terapia complementar benéfica para promover a qualidade do sono em pacientes com câncer.

Variáveis				
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Tipo de pesquisa	Resposta ao problema
KHAMIS, E. et al. (2023)	Asian Pacific Journal of Cancer Prevention	Avaliar a eficácia comparativa da massagem, massagem com aromaterapia e massagem combinada com inalação de aromaterapia em pacientes com câncer que recebem cuidados paliativos.	Ensaio controlado randomizado.	Quando pareada com a inalação de aromaterapia, a massagem tem um efeito positivo nos sintomas físicos, psicológicos, atividades e qualidade de vida geral para pacientes com câncer que recebem cuidados paliativos precoces.
LI D. et al. (2022)	Frontiers in Public Health	Este estudo explorou os efeitos benéficos da aromaterapia em sintomas psicológicos como ansiedade e depressão em pessoas com câncer.	Meta-Análise.	Em pacientes com câncer, a aromaterapia foi eficaz para aliviar a ansiedade. No entanto, não houve efeito benéfico na depressão e bem-estar psicológico.
LONG Y. et al. (2024)	International Journal of Nursing Studies.	Comparar a eficácia de diferentes terapias não farmacológicas na fadiga relacionada ao câncer para tornar seu tratamento e cuidado mais clinicamente valiosos.	Meta-Análise.	As evidências existentes mostram que a massoterapia tem o melhor efeito na intervenção da fadiga relacionada ao câncer.
TSAI KY et al. (2022)	Medicine (Baltimore).	O objetivo deste estudo foi comparar o efeito de curto prazo de intervenções precoces com exercícios de reabilitação versus MLD e exercícios de reabilitação em termos de dor, amplitude de movimento (ROM) e linfedema em pacientes com câncer oral após cirurgia.	Ensaio controlado randomizado.	A intervenção precoce com MLD e o programa de reabilitação foram eficazes na melhora da ROM do pescoço e no controle do linfedema na reabilitação de fase aguda. Os achados preliminares sugerem um papel terapêutico potencial para a intervenção precoce com MLD, além do exercício de reabilitação, na medida em que eles produziram mais benefícios no controle do linfedema e na melhora da ROM do pescoço em cuidados agudos.
WANG Y. et al. (2021)	Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine.	Fornecer evidências sintetizadas disponíveis sobre a eficácia e segurança da acupressão auricular para pacientes com câncer e distúrbios do sono.	Meta-Análise.	A acupressão auricular pode melhorar significativamente a qualidade do sono de pacientes com câncer com distúrbios do sono, sem efeitos colaterais óbvios.

Variáveis				
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Tipo de pesquisa	Resposta ao problema
YANG Y. et al. (2020)	Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine.	Avaliar sistematicamente a eficácia e a segurança da terapia auricular para dor oncológica.	Meta-Análise.	A terapia auricular é eficaz e segura para o tratamento da dor do câncer, e a terapia auricular mais terapia medicamentosa é mais eficaz do que a terapia medicamentosa sozinha, seja em termos de alívio da dor ou reações adversas.
LOPES-JÚNIOR. et al. (2021)	Revista da Escola de Enfermagem da USP.	Avaliar a eficácia de terapias complementares no manejo de grupos de sintomas em crianças e adolescentes com câncer submetidos a cuidados paliativos.	Revisão Sistemática.	A massagem terapêutica e o Reiki podem ser eficazes para o controle dos grupos de sintomas, especialmente o grupo dor-ansiedade-preocupação-dispneia em crianças e adolescentes submetidos a cuidados paliativos.
ASHA, C. et al. (2020)	Journal of Caring Sciences.	Avaliar a eficácia da massagem nos pés na redução de náuseas, vômitos e ânsia de vômito em pacientes em tratamento quimioterápico.	Ensaio clínico randomizado.	Os resultados do estudo revelaram que a massagem nos pés é eficaz na redução de náuseas e vômitos induzidos pela quimioterapia em pacientes submetidos a quimioterapia altamente emetogênica. O estudo contribuiu para a conclusão de que a massagem nos pés pode ser considerada uma intervenção eficaz em pacientes de quimioterapia.
CONTIM, CL V et al. (2020)	Revista da Escola de Enfermagem da USP.	Analizar evidências científicas na literatura do uso da auriculoterapia no alívio de sintomas relacionados ao câncer e/ou seu tratamento.	Revisão integrativa da literatura.	A auriculoterapia em pacientes oncológicos proporciona melhora dos sintomas e esta prática foi considerada uma intervenção segura e aceitável. Entretanto, é necessário ampliar estudos para obtenção de mais evidências favoráveis já que somente 3 estudos apresentaram alto nível de evidência.

Variáveis				
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Tipo de pesquisa	Resposta ao problema
ERTÜRK, N E et al. (2021).	Complementary Therapies in Medicine	O estudo atual avaliou os efeitos do óleo de hortelã-pimenta na frequência de náuseas, vômitos, ânsias de vômito e na gravidade das náuseas em pacientes com câncer submetidos à quimioterapia.	Estudo controlado quase randomizado.	O óleo de hortelã-pimenta reduziu significativamente a frequência de náuseas, vômitos, ânsias de vômito e a gravidade das náuseas em pacientes com câncer submetidos à quimioterapia. Portanto, o uso de óleo de hortelã-pimenta em conjunto com antieméticos após quimioterapia com risco emético moderado e baixo pode ser recomendado para o tratamento de NVIQ.
HAMZEH S et al. (2020).	Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine.	A aromaterapia por inalação com óleos essenciais de lavanda e hortelã-pimenta pode melhorar a qualidade do sono de pacientes com câncer.	Ensaio clínico randomizado e controlado.	A aromaterapia por inalação com óleos essenciais de lavanda e hortelã-pimenta teve efeito idêntico na qualidade do sono de pacientes com câncer. Portanto, sugere-se o uso deste método simples e acessível para melhorar a qualidade do sono de pacientes com câncer. Estudos futuros são sugeridos para investigar os efeitos de outros aromas, bem como outras vias de administração de aromaterapia, incluindo massagem, na qualidade do sono de pacientes com câncer. Estudos adicionais também são recomendados, considerando o estágio do câncer, para investigar o efeito da aromaterapia na qualidade do sono.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

Dentre os artigos selecionados 4 falaram sobre Aromoterapia, os estudos demonstraram que o uso de óleos essenciais, como lavanda e hortelã-pimenta, auxilia significativamente na redução de sintomas como ansiedade, dor, fadiga e distúrbios do sono,

com efeitos positivos tanto pela inalação quanto pela aplicação tópica. Além disso, foi evidenciado que a aromaterapia pode complementar intervenções de massoterapia, potencializando seus efeitos sobre sintomas físicos e psicológicos em pacientes

que recebem cuidados paliativos precoces. Um dos estudos demonstrou que o óleo essencial de hortelã-pimenta reduziu significativamente a frequência e a gravidade de náuseas, vômitos e ânsia de vômito em pacientes submetidos à quimioterapia, reforçando seu potencial terapêutico no alívio de efeitos adversos do tratamento oncológico. A aromaterapia mostrou-se segura, acessível e com boa aceitação pelos pacientes, justificando sua inserção na rotina de atendimento multidisciplinar oncológico, como previsto no PNPIc e na formação do esteticista. (Cheng et al., 2022; Li et al., 2022; Khamis et al., 2023; Sahar et al., 2020; Nuriye et al., 2021)

A auriculoterapia também se mostrou uma intervenção eficaz no cuidado de pacientes com câncer, especialmente no manejo da dor, da ansiedade e de sintomas relacionados à quimioterapia, como náuseas, vômitos, constipação e cansaço. A estimulação de pontos auriculares contribuiu de forma significativa para o controle de distúrbios do sono e da dor crônica, com vantagens adicionais quando associada à terapia medicamentosa convencional. Essa prática configura-se como uma alternativa segura, acessível e bem aceita, oferecendo um cuidado mais acolhedor e humanizado. (Chen et al. 2021; Wang et al. 2021; Yang et al. 2020; Contim et al. 2020)

As terapias manuais (reflexologia, massoterapia e drenagem linfática) emergiram como estratégias fundamentais na promoção do bem-estar físico e emocional de pacientes oncológicos em cuidados paliativos. A reflexologia podal demonstrou reduzir significativamente a dor, e, em alguns casos, também indicou melhora clínica nas náuseas. A massoterapia, por sua vez, mostrou-se eficaz na redução da fadiga, da dor e da insônia, promovendo um alívio importante dos

sintomas e ampliando a sensação de conforto. A drenagem linfática manual (MLD), quando aplicada na fase aguda da reabilitação pós-cirúrgica, demonstrou bons resultados no controle do linfedema e na melhora da amplitude de movimento em pacientes com câncer oral. (Anderson et al. 2021; Khamis et al. 2023; Epstein et al. 2023; Long et al. 2024; Tsai et al. 2022; Lopes-Júnior et al. 2021; Cluny et al. 2020; Santos, 2022)

Desse modo, observa-se que as práticas integrativas e complementares vêm sendo incorporadas de maneira eficaz ao cuidado oncológico paliativo, com impactos positivos na experiência do paciente. Conforme apontado por Spadacio e Barros (2007), essas práticas promovem não apenas o alívio de sintomas relacionados aos tratamentos convencionais, como também contribuem para recentrar o sujeito como protagonista do cuidado, fortalecer o vínculo terapêutico e estimular a autonomia do paciente — elementos essenciais em uma abordagem verdadeiramente humanizada.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados analisados nesta revisão integrativa, conclui-se que a aromaterapia, a auriculoterapia e as terapias manuais — como a reflexologia, a massoterapia e a drenagem linfática — são práticas integrativas que demonstram eficácia e segurança na melhoria da qualidade de vida de pacientes oncológicos em cuidados paliativos. Essas práticas, reconhecidas pelo Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS (PNPIc) e incluídas na formação do esteticista, reforçam o potencial e a importância da atuação desse profissional como parte integrante da equipe multidisciplinar. Sua presença contribui para a oferta

de um cuidado mais humanizado, integral e voltado ao alívio do sofrimento, além de ampliar as possibilidades terapêuticas e fortalecer a atenção à saúde oncológica com foco na qualidade de vida.

Por conseguinte, a presente pesquisa revela que o esteticista, ao aplicar práticas como aromaterapia e terapias manuais, pode atuar de forma técnica e sensível em ambientes clínicos, fortalecendo o vínculo terapêutico e proporcionando alívio de sintomas, acolhimento físico e emocional. No entanto, apesar da relevância dos achados, a pesquisa enfrentou algumas limitações, como a predominância de publicações internacionais e a ausência de pesquisas que relacionem diretamente as práticas integrativas à atuação do esteticista em cuidados paliativos oncológicos. Por isso, foi necessário construir uma conexão teórica entre os efeitos positivos das PICs nos cuidados paliativos oncológicos e a formação prática do esteticista, ainda não consolidada na literatura científica atual.

Em virtude dessas limitações, recomenda-se o desenvolvimento de novos estudos que explorem de forma mais aprofundada a atuação do esteticista em contextos hospitalares

e paliativos, especialmente no Brasil. Ainda há lacunas a serem preenchidas quanto à mensuração dos impactos das PICs no cotidiano da oncologia paliativa e à integração efetiva desses profissionais nas políticas públicas de saúde. Por isso, propõem-se dois novos problemas de pesquisa que podem ampliar esse campo: (1) quais critérios e protocolos podem ser desenvolvidos para garantir a aplicação segura das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) por esteticistas em pacientes oncológicos em cuidados paliativos? e (2) como a formação acadêmica dos esteticistas no Brasil prepara (ou não) esses profissionais para atuar em equipes interdisciplinares com foco em saúde integrativa?

Portanto, é fundamental incentivar pesquisas que ampliem esse campo de conhecimento, valorizem a atuação do esteticista como agente de promoção de saúde e fortaleçam sua inserção em espaços interdisciplinares do SUS. Concluindo, a continuidade desses estudos representa não apenas uma oportunidade de aprofundar a prática baseada em evidências, mas também um avanço na consolidação do esteticista como um profissional relevante no cuidado ao paciente oncológico em cuidados paliativos.

---

## R E F E RÊNCIAS

---

### **A**CADEMIA NACIONAL DE CUIDADOS PALIATIVOS.

**Conheça a ANPC.** São Paulo. Disponível em: <http://paliativo.org.br/quem-somos/>. Acesso em: 23 out. 2024.

### **A**NDERSON, K. D.; DOWNEY, M. Foot Reflexology:

An Intervention for Pain and Nausea Among Inpatients With Cancer. *Clin J Oncol Nurs*, v. 25, p. 539 – 545, 2021. Disponível em: <https://cjon.ons.org/publications-research/cjon/25/5/foot-reflexology-intervention-pain-and-nausea-among-inpatients>. Acesso em: 28 nov. 2024.

**A**NDRADE, João Vitor; SOUZA, Juliana Cristina Martins de. Avanços e desafios da política nacional de

cuidados paliativos no Brasil. *Revista de Medicina*, São Paulo, v. 103, n. 3, p. e-225623, 2024. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v103i3e-225623. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/225623>. Acesso em: 23 out. 2024.

**A**NGERER, T. S.; MANCHANDA, R. K.; LLOYD, I.; WARDLE, J.; SZÖKE, J.; BENEVIDES, I. et al. Traditional, complementary and integrative healthcare: global stakeholder perspective on WHO's current and future strategy. *BMJ Global Health*, v. 8, 2023. Disponível em: <https://gh.bmjjournals.com/content/8/12/e013150>. Acesso em: 23 out. 2024.

Asha, C.; Manjini, KJ.; Dubashi, B. Effect of foot massage on patients with chemotherapy induced nausea and vomiting: a randomized clinical trial. **Journal of Caring Sciences**, v. 9, p. 120 - 124, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7492965/>. Acesso em: 1 mar. 2025.

**BRASIL.** Lei nº 15.069, de 23 de dezembro de 2024. **Diário oficial da união:** seção 1, Brasília, DF, 24 dez. 2024a. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2024/lei-15069-23-dezembro-2024-796797-publicacaooriginal-173901-pl.html>. Acesso em: 30 maio 2025.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Política Nacional de Cuidados Paliativos (PNCP-SUS)**. Novembro de 2023, Brasília, DF, 2023a. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/gestao-do-sus/articulacao-interfederativa/cit/pautas-de-reunoes-e-resumos/2023/novembro/apresentacao-politica-nacional-de-cuidados-paliativos.pdf>. Acesso em: 27 maio 2025.

**BRASIL.** Ministério da Educação. **Diretrizes curriculares nacionais para a formação de profissionais da saúde**. Brasília, 2006a. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/010602proj.pdf>. Acesso em: out. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Cuidados Paliativos**. Governo Federal, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controle-do-cancer-do-colo-do-utero/acoes/cuidados-paliativos>. Acesso em: 20 ago. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Folder PICS**. Brasília, DF: MS, 2023b. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/publicacoes/folder-pics/view>. Acesso em: 29 maio 2025.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Governo Federal lança política inédita no SUS para cuidados paliativos**. Brasília, DF: MS, 2024b. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2024/05/governo-federal-lanca-politica-inedita-no-sus-para-cuidados-paliativos>. Acesso em: 23 out. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. Instituto Nacional do Câncer. **Cuidados Paliativos**. Brasília, DF: MS, 2023c. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/tratamento/cuidados-paliativos>. Acesso em 23 out 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Plano Nacional de Práticas Integrativas e Complementares**. Governo Federal, 2024c. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/>. Acesso em: 20 ago. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Portaria Nº 3.681, de 07 de maio de 2024**. Institui a Política Nacional de Cuidados Paliativos - PNCP no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS. Brasília: MS, 2024d. Disponível em: [https://bvs.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2024/prt3681\\_22\\_05\\_2024.html](https://bvs.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2024/prt3681_22_05_2024.html). Acesso em 23 out. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006b**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. 2006. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html). Acesso em: 23 out. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares**. Governo Federal, 2024e. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-aaz/p/pics>. Acesso em: 20 ago. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Relatório de Monitoramento das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) no Brasil: julho 2020**. Brasília, DF: MS, 2020. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Relatorio\\_Monitoramento\\_das\\_PICS\\_no\\_Brasil\\_julho\\_2020\\_v1\\_0.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Relatorio_Monitoramento_das_PICS_no_Brasil_julho_2020_v1_0.pdf). Acesso em: 13 out. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. **Resolução nº 41, de 31 de outubro de 2018**. Dispõe sobre as diretrizes para a organização dos cuidados paliativos, à luz dos cuidados continuados integrados, no âmbito Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, DF: MS, 2018a. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cit/2018/res0041\\_23\\_11\\_2018.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cit/2018/res0041_23_11_2018.html). Acesso em: 7 nov. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Glossário Temático: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Brasília, DF, 2018b. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publica/glossario\\_tematico.p](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publica/glossario_tematico.p). Acesso em: 23 out. 2024.

**BRASIL.** **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares**. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2015. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf). Acesso em: 11 out. 2024.

**CHEN, Wei et al.** Auricular therapy for cancer pain: a systematic review and meta-analysis. **Evidence-based complementary and alternative medicine**, 2021. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1155/2021/8868720>. Acesso em: 28 nov. 2024.

- C**heng, H.; Lin, L.; Wang, S. et al. Aromatherapy with single essential oils can significantly improve the sleep quality of cancer patients: a meta-analysis. *Bmc complement med ther*, 2022. Disponível em: <https://bmccomplementmedtherapies.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12906-022-03668-0>. Acesso em: 28 nov. 2024.
- C**ONTIM, C. L. V.; ESPÍRITO SANTO, F. H.; MORETTO, I. G. Aplicabilidade da auriculoterapia em pacientes oncológicos: revisão integrativa da literatura. *Revista da escola de enfermagem da USP*, São Paulo, v. 54, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2019001503609>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- D**ALESSANDRO, Maria Perez Soares (ed.) et al. **Manual de cuidados paliativos**. 2. ed. São Paulo: Hospital Sírio-Libanês; Ministério da Saúde, 2023. 424p. (Programa de Cuidados Paliativos no SUS – Atenção Hospitalar, Ambulatorial Especializada e Atenção Domiciliar, 2021 - 2023, do PROADI-SUS). Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/guias-e-manuais/2023/manual-de-cuidados-paliativos-2-a-edicao/view>. Acesso em: 01 out. 2024.
- E**RTÜRK, Nuriye Efe; TAŞCI, Sultan. The effects of peppermint oil on nausea, vomiting and retching in cancer patients undergoing chemotherapy: an open label quasi-randomized controlled pilot study. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 56, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102587>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- F**RANCISCO, Isis. Práticas Integrativas e Complementares na Saúde/Estética/SUS. *Revista Estética em Movimento*, v. 1, n. 3, 2022. Disponível em: <https://revista.fumec.br/index.php/esteticaemmovimento/article/view/9262>. Acesso em: 23 out. 2024.
- G**AYATRI, D.; EFREMOV, L.; KANTELHARDT, E. J.; MIKOLAJCZYK, R. **Quality of life of cancer patients at palliative care units in developing countries: systematic review of the published literature**, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02633-z>. Acesso em: 23 ago. 2024.
- G**IL, A. C. **Como elaborar projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- H**ABIMORAD, P. H. L.; CATARUCCI, F.M.; BRUNO, V.H.T.; SILVA, I. B.; FERNANDES, V. C.; DEMARZO, M. M. P.; SPAGNUOLO, R. S.; PATRICIO, K. P. Potencialidades e fragilidades de implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 2, p. 395-405, fev. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/JxQ9mfFvQzRPBdM8RdhxwjR/?lang=pt>. Acesso em: 23 out. 2024.
- H**amzeh, S.; Safari-Faramani, R.; Khatony, A. Effects of aromatherapy with lavender and peppermint essential oils on the sleep quality of cancer patients: a randomized controlled trial. *Evid based complement alternat med.*, 2020. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1155/2020/748020>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- K**hamis, E. A. R.; ABU Raddaha, A. H.; Nafae, W. H.; Al-Sabeel, A. A.; Ebrahim, E. E.; Elhadary, S.M. Effectiveness of aromatherapy in early palliative care for oncology patients: blind controlled study. *Asian pac j cancer prev*, v. 24, n. 8, 2023. Disponível em: [https://journal.waocp.org/article\\_90757.html](https://journal.waocp.org/article_90757.html). Acesso em: 28 nov. 2024.
- L**EME, L. E. G. A interprofissionalidade e o contexto familiar. In: DUARTE, Y.A.O.; DIOGO, M. J. D. **Atendimento domiciliar: um enfoque gerontológico**. São Paulo: Atheneu, 2000. p. 117-43.
- L**i, D.; Li, Y.; Bai, X.; Wang, M.; Yan, J.; Cao, Y. The effects of aromatherapy on anxiety and depression in people with cancer: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 2022. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2022.853056/full>. Acesso em: 28 nov. 2024.
- L**ong, Y.; Zhou, Z.; Zhou, S.; Zhang, G. The effectiveness of different non-pharmacological therapies on cancer-related fatigue in cancer patients: a network meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, v. 160, 2024. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0020748924002177?via%3Dihub>. Acesso em: 28 nov. 2024.
- L**OPES-JÚNIOR, Luís Carlos et al. Effectiveness of complementary therapies for the management of symptom clusters in palliative care in pediatric oncology: a systematic review. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 55, e03709, 2021. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2020025103709>. Acesso em: 28 nov. 2024.
- O**LIVEIRA, Larayne Gallo Farias et al. Reflexões acerca dos desafios enfrentados pela equipe multidisciplinar quanto à integralidade do cuidado na Atenção Primária à Saúde. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 7, n. 14, p. e14973-e14973, 2024. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/973/859>. Acesso em: 23 out. 2024.
- P**AGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews.

- BMJ**, [S. l.], v. 372, n. 71, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>. Acesso em: 29 maio 2025.
- PROADI-SUS. Cuidados paliativos no SUS:** apoio à implementação da Política Nacional de Cuidados Paliativos. 2021. Disponível em: <https://hospitais.proadi-sus.org.br/projeto/cuidados-paliativos-no-sus-apoio-a-implementacao-da-politica-nacional-de-cuidados-paliativos1>. Acesso em: 23 out. 2024.
- QUEIROZ, N.A.; BARBOSA, F. E. S.; DUARTE, W. B. A.** Uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde por profissionais dos Núcleos Ampliados de Saúde da Família e Atenção Básica. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 33, p. e33037, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-733120233037>. Acesso em: 23 out. 2024.
- SALTZ, E.; JUVER, J. (org.). Cuidados Paliativos em Oncologia.** 2. ed. Rio de Janeiro: Senac Rio de Janeiro, 2014.
- SPADACIO, C.; BARROS, N. F. de.** Uso de medicinas alternativas e complementares por pacientes com câncer: revisão sistemática. **Saúde Pública**, v. 42, p. 158-164, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0034-89102008000100023>. Acesso em: 23 ago. 2024.
- TESSER, C. D.; SOUSA, I. M. C. de; NASCIMENTO, M. C. do.** Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. **Revista Saúde em Debate**, v. 42, n. 1, p. 174-188, 2018. Disponível em: <https://revista.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/567>. Acesso em 23 ago. 2024.
- Tsai, K.Y.; Liao, S. F.; Chen, K. L.; Tang, H.W.; Huang, H.Y.** Effect of early interventions with manual lymphatic drainage and rehabilitation exercise on morbidity and lymphedema in patients with oral cavity cancer. **Medicine (baltimore)**, v. 101, p. e30910, 2022. Disponível em: [https://journals.lww.com/md-journal/fulltext/2022/10210/effect\\_of\\_early\\_interventions\\_with\\_manual.73.aspx](https://journals.lww.com/md-journal/fulltext/2022/10210/effect_of_early_interventions_with_manual.73.aspx). Acesso em: 28 nov. 2024.
- Wang, Y.; Zhang, J.; Jin, Y.; Zhang, Q.** Auricular acupressure therapy for patients with cancer with sleep disturbance: a systematic review and meta-analysis. **Evid based complement alternat med.**, 2021. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1155/2021/3996101>. Acesso em: 28 nov. 2024.
- WHITTEMORE, R.; KNAFL, K.** The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).** **India commits US\$ 85 million to WHO Global Traditional Medicine Centre.** Genebra: WHO, 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/31-07-2024-india-commits-usd-85-million-to-who-global-traditional-medicine-centre>. Acesso em: 23 out. 2024.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).** **Palliative care the essential facts.** Disponível em: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-\(ihs\)/palliative-care/palliative-care-essential-facts.pdf?sfvrsn=c5fed6dc\\_1](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-(ihs)/palliative-care/palliative-care-essential-facts.pdf?sfvrsn=c5fed6dc_1). Acesso em: 23 out. 2024.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).** **Strengthening of palliative care as a component of comprehensive care throughout the life course.** Genebra: WHO, 2014. Disponível em: [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/wha67/a67\\_r19-en.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/wha67/a67_r19-en.pdf). Acesso em: 23 out. 2024.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).** **Traditional, Complementary and Integrative Medicine.** Disponível em: [https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine#tab=tab_1). Acesso em: 11 out. 2024.
- Yang, Y.; Wen, J.; Hong, J.** The effects of auricular therapy for cancer pain: a systematic review and meta-analysis. **Evid based complement alternat med.**, 2020. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1155/2020/1618767>. Acesso em: 28 nov. 2024.