

## **Novo olhar acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher: uma revisão da literatura**

**New look at the influence of aesthetic procedures on women's mental health: a literature review**

**Nueva mirada a la influencia de los procedimientos estéticos en la salud mental de la mujer: una revisión de la literatura**

Recebido: 14/05/2022 | Revisado: 22/05/2022 | Aceito: 26/05/2022 | Publicado: 31/05/2022

### **Luiza Carolina Mendes Miranda**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5141-9237>  
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil  
E-mail: [luizacarolinams2@gmail.com](mailto:luizacarolinams2@gmail.com)

### **Maiara Rodrigues Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1197-7074>  
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil  
E-mail: [maiararibeiro2208@gmail.com](mailto:maiararibeiro2208@gmail.com)

### **Flavia Rocha Brito**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7273-4957>  
Faculdade Pitágoras de Medicina, Brasil  
E-mail: [flaviarbrito@gmail.com](mailto:flaviarbrito@gmail.com)

### **Jarbas dos Santos Araújo**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2381-7203>  
Hospital da Bahia, Brasil  
E-mail: [jarbasaraujo797@gmail.com](mailto:jarbasaraujo797@gmail.com)

### **Luana Araújo dos Reis**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9263-083X>  
Universidade Federal da Bahia, Brasil  
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil  
E-mail: [luareis1@hotmail.com](mailto:luareis1@hotmail.com)

### **Resumo**

**Objetivo:** Reconhecer a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, visto que ainda é ditado pela mídia um padrão de beleza feminino. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, realizada nos meses de março e abril de 2022, nas bases de dados Lilacs, PubMed, Medline e Scielo, utilizando os descritores padronizados pelo Descritores em Ciências da Saúde (Decs): saúde mental; estética; feminino, e seus correspondentes em inglês. **Resultados e Discussão:** Evidências sugerem que o bem-estar feminino está muito ligado ao corpo e também com a mente humana, e com os avanços na área da cosmética e a estética e a contínua imposição de um padrão de beleza pela mídia, as mulheres, para estarem bem apresentáveis, buscam técnicas para cuidar e modelar o corpo. Contudo, o que é ditado, sobretudo pela mídia, tem ocasionado o adoecimento mental de muitas mulheres, desde distúrbios de imagem, baixa autoestima a depressão. **Conclusão:** É evidente que a compreensão acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde da mulher é primordial para a elucidação e desmitificação em torno dos estereótipos de beleza ainda predominantes, bem como o despertar do olhar das mulheres no que diz respeito aos tratamentos estéticos que devem ser realizados de forma responsável e sempre com o apoio de profissionais de diversas áreas que possam possibilitar a reorientação no que diz respeito à imagem corporal.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Estética; Feminino; Ensino em saúde.

### **Abstract**

**Objective:** To recognize the influence of aesthetic procedures on women's health, since a standard of female beauty is still dictated by the media. **Methodology:** This is a literature review, carried out in March and April 2022, in the Lilacs, PubMed, Medline and Scielo databases, using the descriptors standardized by the Health Sciences Descriptors (Decs): mental health; aesthetics; feminine, and their English counterparts. **Results and Discussion:** Evidence suggests that female well-being is closely linked to the body and also to the human mind, and with advances in cosmetics and aesthetics and the continuous imposition of a standard of beauty by the media, women, to be presentable, they seek techniques to care for and shape the body. However, what is dictated, especially by the media, has caused many women to become mentally ill, from image disorders, low self-esteem to depression. **Conclusion:** It is evident that the understanding of the influence of aesthetic procedures on women's health is essential for the elucidation and demystification around the still predominant beauty stereotypes, as well as the awakening of women's eyes regarding

the aesthetic treatments that should be carried out in a responsible manner and always with the support of professionals from different areas that can enable the reorientation with regard to body image.

**Keywords:** Mental health; Aesthetics; Feminine; Health teaching.

### Resumen

**Objetivo:** Reconocer la influencia de los procedimientos estéticos en la salud de la mujer, ya que un estándar de belleza femenina aún es dictado por los medios de comunicación. **Metodología:** Se trata de una revisión bibliográfica, realizada en marzo y abril de 2022, en las bases de datos Lilacs, PubMed, Medline y Scielo, utilizando los descriptores estandarizados por el Health Sciences Descriptors (Decs): salud mental; estética; femenino, y sus contrapartes inglesas. **Resultados y Discusión:** La evidencia sugiere que el bienestar femenino está íntimamente ligado al cuerpo y también a la mente humana, y con los avances en cosmética y estética y la continua imposición de un estándar de belleza por parte de los medios, la mujer, para estar presentable, buscan técnicas para cuidar y moldear el cuerpo. Sin embargo, lo dictado, sobre todo por los medios de comunicación, ha provocado que muchas mujeres se enfermen mentalmente, desde trastornos de imagen, baja autoestima hasta depresión. **Conclusión:** Se evidencia que la comprensión de la influencia de los procedimientos estéticos en la salud de la mujer es fundamental para la elucidación y desmitificación en torno a los estereotipos de belleza aún predominantes, así como el despertar de la mirada de la mujer respecto a los tratamientos estéticos que deben realizarse en un de manera responsable y siempre con el apoyo de profesionales de diferentes áreas que puedan posibilitar la reorientación en lo que respecta a la imagen corporal.

**Palabras clave:** Salud mental; Estética; Femenino; Enseñanza en salud.

## 1. Introdução

Durante muito tempo a saúde mental do indivíduo nos discursos que se faziam, esteve separada da saúde corporal do ser humano, isto inclui desde os procedimentos estéticos quanto as características humanas naturais, como a obesidade e a desnutrição. Diante disto, os indivíduos buscaram sempre mudanças corporais, preocupando-se somente com as consequências que poderiam ocorrer no corpo não oferecendo a devida atenção à saúde mental (Colvero, 2004).

Com o avanço da globalização e de acordo com novos discursos é possível perceber que as mudanças que ocorrem externamente no indivíduo influenciam seja de forma positiva ou forma negativa também na mentalidade humana, uma vez que estes são indissociáveis.

Sabe-se que a saúde mental é influenciada por uma gama de fatores biológicos, psicológicos e sociais e os transtornos mentais estão atrelados a situações diversas. Os problemas relacionados à saúde mental afetam pessoas de todas as idades e devem ser levados em consideração todos os possíveis motivos que podem afetar o cérebro humano. No estudo em questão atenta-se para o uso da estética e de que forma esta afeta sobretudo a saúde mental feminina.

Devido à sociedade machista a qual a mulher está inserida, muitas das vezes a pressão pela padronização do corpo ocorre de forma mais ferrenha que com o sexo masculino, esta premissa pode ser comprovada quando se pensa no papel da mídia, as propagandas quase em sua totalidade são voltadas ao corpo e embelezamento da mulher e desta forma ocorre a pressão para que as mulheres sejam e estejam sempre jovens e bonitas, este tipo de propaganda pode criar no sujeito um sentimento de inferioridade e exclusão fazendo com que estas sintam-se pressionadas a buscar métodos de encaixe na sociedade, logo, a forma mais rápida que muitas veem são os procedimentos estéticos (Borges & Lucchesi, 2015).

Segundo Queiroz (2000) o corpo humano é resultado de um processo de humanização, na qual é remetido a modificações promovidas sobretudo por aspectos culturais, neste sentido destaca-se as cirurgias plásticas e os tratamentos estéticos.

Os procedimentos estéticos vêm em sua origem como um auxiliador na manutenção ou recuperação da autoestima, porém em todos os quesitos quando se fala em imagem sobretudo da mulher é necessário que sejam feitos de maneira responsável e sempre com o acompanhamento psicológico (Ferraz & Serralta, 2007).

De acordo com Fernandes (2006) a insatisfação e a busca pelo corpo ideal sempre fizeram parte da história da humanidade, segundo o autor para conseguir isto indivíduos, sobretudo mulheres ignoram a dor em função da vaidade e acabam escravizadas para atingirem o corpo padrão de acordo com o que é ditado pela indústria da beleza.

De acordo com Bergamine (1990) desde a infância, a vontade de ter uma aparência agradável tem crescido de forma rápida, porém para algumas mulheres a busca por esta aparência faz com que haja o surgimento de transtornos, obsessões e a procura por resultados milagrosos, pois a todo momento surgem tratamentos estéticos porém na pressa por sua aplicação muitos desses tratamentos acabam não passando por verificações efetivas e nem tem sua segurança comprovada, algo que pode vir a proporcionar uma maior atenção no que diz respeito à saúde mental.

Desse modo, este estudo tem como objetivo reconhecer a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, visto que ainda é ditado pela mídia um padrão de beleza feminino, a partir de uma revisão da literatura.

## 2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de caráter reflexivo da literatura, realizado por meio de uma revisão bibliográfica não sistemática, de abordagem qualitativa, que buscou responder quais as evidências sobre a influência dos procedimentos estéticos na saúde da mulher, visto que ainda é ditado pela mídia um padrão de beleza feminino.

A pesquisa bibliográfica permite analisar uma temática sob diversos estudos de maneira ampla e concisa (Gil, 2017). Já a abordagem qualitativa, segundo Minayo (2001, p. 21-22), responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

A pesquisa foi realizada através do acesso online nas bases de dados Lilacs, PubMed, Medline e Scielo, utilizando os descritores padronizados pelo Descritores em Ciências da Saúde (Decs): saúde mental; estética; feminino, e seus correspondentes em inglês, nos meses de março e abril de 2022. Para a busca dos artigos foram utilizados os descritores padronizados pelo Descritores em Ciências da Saúde (Decs): saúde mental; estética; feminino, e seus correspondentes em inglês.

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos originais, que abordassem o tema pesquisado e permitissem acesso integral ao conteúdo do estudo, publicados até abril de 2022, em português e inglês. Para seleção dos artigos, a estratégia utilizada foi: busca nas bases de dados selecionadas; leitura dos artigos e exclusão dos que não atendiam aos critérios de inclusão; leitura crítica dos artigos na íntegra; seleção dos artigos que apresentavam evidências para a construção das categorias temáticas do presente estudo.

## 3. Resultados e Discussão

### • Padrões de beleza

Para Cury (2005) a busca pela beleza e pelo corpo perfeito faz parte da sociedade desde seus primórdios, ainda nas antigas civilizações mulheres e homens buscavam constantemente estarem com a aparência agradável sobretudo para mostrar à sociedade a beleza humana. Os padrões estabelecidos pelas antigas civilizações são extremamente diferentes dos padrões estabelecidos na atualidade, de qualquer forma mesmo neste período, os indivíduos buscavam formas de padronizarem-se ao que era ditado pela sociedade em geral.

Com o passar dos anos, o corpo se transformou devido a idealização cultural, e devido a tecnologia há alterações constantes, é como se houvesse uma metamorfose e a idealização do corpo se apresentasse de acordo com procedimentos disponíveis em cada época (Couto, 2000).

O termo beleza é constantemente alvo de discussões na sociedade sobretudo brasileira, uma vez que a população é bombardeada com informações que influenciam esses sujeitos a seguirem um padrão e afirmam que não há aceitação dos que não pretendem seguir este padrão (Portinari, 2000).

O principal problema nesta padronização forçada é a chamada ditadura da beleza, onde há uma cobrança explícita para que homens e mulheres cheguem ao tão sonhado corpo perfeito.

Parafrazeando Casotti e colaboradores (2008), na atualidade, o termo “beleza padronizada” é ditado pela indústria da moda, dos cosméticos e também pela mídia em geral, comumente esses três setores afirmam que a aceitação da sociedade só acontecerá se houver um corpo extremamente magro, um cabelo perfeito, dentre outras características padronizadas, comumente para embasar este pensamento, fala-se que a magreza é a perfeição, além disso impõe-se que este é o padrão de uma pessoa saudável, no entanto nem sempre é desta forma que ocorre, geralmente por trás de toda essa propaganda estão presentes problemas como transtornos psíquicos e alimentares, a exigência sobre o peso e em favor do padrão estabelecido ignora as normas de saúde e pressiona os indivíduos para que se mantenham com esta forma física, o que geralmente provoca distúrbios psicológicos, que podem ser irreversíveis e até fatais em alguns casos.

O padrão estético de beleza atual, perseguido pelas mulheres, é representado imagetivamente pelas modelos esqueléticas das passarelas e páginas de revistas segmentadas, por vezes longe de representar saúde, mas que sugerem satisfação e realização pessoal e, principalmente, aludem à eterna juventude (Bohm, 2004, p.19).

No caso do público feminino, são mostrados de tempos em tempos uma gama de produtos e serviços estéticos com o discurso de que irá melhorar sua aparência, diante disso, essas mulheres tornam-se escravas dessa indústria.

A mulher, principalmente é vista pela sociedade em geral como um objeto de trabalho, o seu corpo é exposto e beneficia sobretudo a mídia (Freitas et al, 2010).

Todos os dias, as mulheres são cobradas para que se atinja o padrão imposto pela sociedade, e isto traz prejuízos em todos os campos da vida feminina, incluindo o psicológico. A sociedade impõe que a mulher deve possuir uma dupla ou tripla jornada de trabalho, e impõe ainda que esta deve também apelar a tratamentos estéticos para atingir o tão sonhado corpo e imagem padrão.

De acordo com Leite e Goulart (2016) parafrazeando Castells (2016), estes apontam que atualmente a tecnologia e a sociedade são inseparáveis, uma vez que a sociedade atual é representada pela tecnologia, na antiguidade o corpo era influenciado pelas obras de artes e a partir da cultura que ocorriam no ambiente, na atualidade o considerado padrão é definido pelas redes sociais, pela indústria da moda e segue conforme os interesses sobretudo do capitalismo.

Constantemente o padrão de mulher ideal é visto nas representações divulgadas na mídia e é estereotipada como esbelta, submissa, divertida e bonita, além disso para se atingir este padrão, é sempre pregado que a mulher deve estar em constante exercícios físicos, porém este padrão de mulher existe somente nas redes sociais e nas propagandas de televisão, revistas, atualmente então o padrão estabelecido para a mulher é o de estar sempre em conformidade com o que se prega nas mídias (Jacob, 2014).

#### • **Influência da Mídia na padronização do corpo feminino**

O corpo perfeito passa por diversas concepções ao longo do tempo, estes padrões anteriormente eram pautados nas influências de cada época, logo existe uma clara diferenciação dos modelos atuais, porém o culto ao corpo está extremamente

ligado à imagem de poder, beleza e sobretudo questão social, atualmente é notório que houve um crescimento de pessoas que não estão satisfeitas com a própria imagem, tendo uma influência clara da mídia a partir da propagação de corpos magros e atléticos (Pereira et al., 2009).

De acordo com Cury (2005) os padrões de beleza e de corpo levam mulheres e meninas a depreciação, a não aceitação e o conflito com o espelho, na qual elas estão confinadas ao modelo sobretudo padrão visto como belo e aceito pela sociedade.

Diversas mulheres assistem televisão, possuem acesso às redes sociais e acabam se pautando na imagem corporal que os seus corpos não estão de acordo com o que deve ser aceito na sociedade atual, essas mulheres então pautam-se sobretudo na influência de pessoas que mostram serem influenciadores e assim com o intuito de obter perda de peso, há a realização de procedimentos estéticos que são propagados muitas das vezes de maneira irresponsável na mídia, provocando assim o sentimento de inferioridade dessas pessoas (Graciano & Emiliano, 2015).

No Brasil, a televisão e a internet tem sido um patamar na qual as pessoas obtêm informações a qualquer momento, utilizam equipamentos como smartphones, computadores, celulares e outros recursos (Lira et al., 2017). Segundo Rocha (2014) a sociedade brasileira está com cerca de 86% em interação com as redes sociais, ou seja, dessa forma as pessoas estão cada vez mais conectadas o que promove ainda mais a propagação da influência das propagandas na forma de agir.

O poder da mídia sobretudo televisiva é tão intenso, que pode ser considerada como uma eminência de alto poder coletivo, resultando então na busca pela padronização do corpo feminino (Ghilardi-Lucena, 2012).

#### • **Estética e Saúde mental: Riscos e Cuidados**

Os tratamentos estéticos são aliados sobretudo da autoestima feminina, porém estes procedimentos representam na vida das mulheres influência também na autoestima e na saúde mental de mulheres, uma vez que a saúde mental dos indivíduos está atrelada também às suas ações em relação também ao seu corpo.

No campo estético, as opções e alternativas de tratamento são múltiplas, tanto quanto à diversidade quanto à expectativa das pessoas, são ofertados menus que contam com uma variedade de tratamentos, porém não há uma preocupação incisiva quanto à saúde mental dessas pessoas, geralmente as propagandas preocupam-se com o externo não reforçando os cuidados que devem haver com a saúde mental da mulher.

Muitas mulheres acabam se frustrando com os resultados dos procedimentos estéticos, tendo como resultados, problemas psicológicos, tais como: depressão, ansiedade e até mesmo síndrome do pânico.

De acordo com Tommasi (2007) a sociedade está sendo guiada pela lógica do espetáculo e preocupa-se somente com o desejo para o consumo de mercadoria e de imagens, o espelho é o refúgio para os que procuram atingir um corpo impossível, uma beleza que não se preocupa com o interno, geralmente vendidos pela mídia.

Desde o momento em que o ser humano nasce, até sua morte, a aparência física é parte fundamental do seu ser, tanto para si mesmos quanto para os outros, porém os riscos para a saúde mental influenciam a personalidade é diretamente influenciada pelo modo de sentir, pensar e reagir diante da percepção dos atributos físicos. (Castilho, 2001).

No que diz respeito a isto, cita-se ainda a questão da autoestima, está também está correlacionada à saúde mental uma vez que define a confiança que o sujeito tem em sua capacidade de pensar, agir e enfrentar a vida. A aparência física será um dos principais pontos a influenciar a autoestima do sujeito (Diccini et al., 2008). E ao menor sinal de insatisfação, ela implicará na autoimagem do sujeito, que perderá a sua autoconfiança ao sentir que o corpo que se tem não corresponde ao estereótipo idealizado pela sociedade (Carvalho, 2003).

Logo, a saúde mental está completamente exposta e completamente em risco, uma vez que refletirá na autoestima, e na auto percepção corporal, dessa forma o indivíduo poderá procurar aperfeiçoar a sua imagem corporal através de diversos procedimentos estéticos, buscando resolver e suprir o seu problema psicológico (Emiliano & Urbano, 2013).

Vigorexia, cosmetologia, suplementação alimentar, regime da moda, emagrecimento, fortalecimento muscular, anorexia, bulimia, chás milagrosos são algumas das palavras que fazem parte do léxico contextual das promessas em busca da perfeição do corpo na atualidade (Filho & Souza 2015). Neste contexto, ressalta-se a importância da atuação do profissional esteta na realização da educação em saúde enquanto estratégia preventiva e orientativa de cuidado (Ferraz et al., 2021).

#### 4. Conclusão

Face ao exposto, é evidente que a compreensão acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher é primordial para a elucidação e desmitificação em torno dos estereótipos de beleza ainda predominantes, bem como o despertar do olhar das mulheres no que diz respeito aos tratamentos estéticos que devem ser realizados de forma responsável e sempre com o apoio de profissionais de diversas áreas que possam possibilitar a reorientação no que diz respeito à imagem corporal. Nesse sentido, ainda são necessários mais estudos e pesquisas que permitam, a partir da fala das mulheres, evidenciarem certas particularidades dessa área, sobretudo em relação a quem sente e vivencia cotidianamente o processo pela busca da aceitação social através da realização desenfreada de procedimentos estéticos.

Dessa forma, é nítida a relação entre a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, visto que não é apenas a saúde física da mulher que sofre alterações, mas também a sua saúde mental, que muitas vezes acaba sendo a mais prejudicada uma vez que essas mulheres necessitam de acompanhamento psicológico e psiquiátrico para a resolução de problemas causados pela necessidade de se sentirem aceitas numa sociedade que diminui e menospreza as pessoas que estão fora de seus padrões.

#### Referências

- Andrade, L. H. S. G., et al. (2006). Epidemiologia dos transtornos psiquiátricos na mulher. *Rev. Psiq. Clín.* 33(2), 43-54.
- Bohm, C. C. (2004). *Um peso, uma medida. O padrão de beleza feminina apresentado por três revistas brasileiras*. Uniban.
- Borges, C. M. R. & Lucchesi, G. B. (2015). O machismo no banco dos réus: uma análise feminista crítica da política criminal brasileira de combate à violência contra a mulher. *Revista da Faculdade de Direito*. 60 (3).
- Couto, E. S (2000). *O homem satélite*. Itajubá: Unijuí.
- Carvalho, A. M. A. (2003). *Satisfação Corporal, Auto-estima, Autopercepção Física e Imagem Corporal dos Instrutores de Fitness*. Monografia da Licenciatura em Ciências do Desporto e Educação Física- Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.
- Casotti, L., et al. (2008). *O tempo da beleza: consumo e comportamento feminino, novos olhares*. SENAC Nacional.
- Cury, A. J. (2005). *A ditadura da beleza e a revolução das mulheres*. Sextante. 120p.
- Emiliano, S. & Urbano, A. R. (2013). *Dismorfobismo - Um estudo bibliográfico*.
- Ferraz, N. F., et al. (2021). Impactos dos fatores extrínsecos no envelhecimento precoce: Uma reflexão teórica. *Research, Society and Development*, 10(6). <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15761>
- Fernandes, M. (2006). Mulher elástico. *Revista mente e cérebro online*. ed. 161, junho.
- Filho, M. S. & Souza, H. A. (2015). Olhares e reflexões sobre o corpo na cultura contemporânea, *Dialektiké*, 3.
- Freitas, E. (s/d). *Origens do Povo Brasileiro*. Brasil Escola.
- Gil, A. C. (2017). *Como elaborar projetos de pesquisa*. (6a ed.), Atlas.
- Jacob, H. (2014). Redes sociais, mulheres e corpo: um estudo da linguagem fitness na rede social Instagram. *Rev. Comunicare*. 14 (1).
- Leite, K. S. L. & Goulart, M. C. V. (2016). O corpo e suas formas comunicativas nas redes sociais. *Psicologia*.pt
- Lucchesi D., et al. (2004). *Gestão do conhecimento: como se constituiu uma comunidade de prática no Instituto de Pesquisas Tecnológicas do Estado de São Paulo*. Congresso ABIPTI, Anais.
- Minayo, M. C. S. (2001). *Pesquisa Social*. Teoria, método e criatividade. (18a ed.).
- Portinari, D. B. (2000). A invasão dos belos corpos: corpo, técnica e fantasia na cena contemporânea. *Psicologia Clínica*, 12, 125-138.
- Steiner, D. (2003). *Beleza levada a sério*. Celebris.
- Vigarello, G. (2006). *História da beleza: o corpo e a arte de se embelezar, do Renascimento aos dias de hoje*. Ediouro.