

Benefícios dos procedimentos estéticos que retardam o envelhecimento cutâneo na autoestima de mulheres

Benefit of aesthetic procedures that delay skin aging on women's self-esteem

Beneficio de los procedimientos estéticos que retrasan el envejecimiento de la piel en la autoestima de las mujeres

Recebido: 23/11/2022 | Revisado: 30/11/2022 | Aceitado: 01/12/2022 | Publicado: 09/12/2022

Laura Oliveira Torres

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0299-9869>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: lauraoliveiratorrest@gmail.com

Brenda Sayd Silva Dutra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8412-0098>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: brendahsayd@gmail.com

Luana Araújo dos Reis

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9263-083X>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: luanareis@fainor.com.br

Resumo

Objetivo: analisar os benefícios dos procedimentos estéticos que retardam o envelhecimento cutâneo na autoestima de mulheres. *Métodos:* Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória, de abordagem qualitativa, realizada numa Clínica de Estética localizada no município de Vitória da Conquista. Participaram 15 mulheres com idades superiores a 25 anos, que fazem procedimentos na clínica há no mínimo 6 meses. Foi realizada uma entrevista a partir de um roteiro semiestruturado e os dados foram submetidos à análise das pesquisadoras. *Resultados:* Os resultados demonstraram que muitas mulheres sentem a necessidade de fazer procedimentos estéticos, os quais afetam diretamente na autoestima. *Considerações finais:* Conclui-se que há inúmeros benefícios dos procedimentos estéticos, os quais vão influenciar diretamente na autoestima das mulheres.

Palavras-chave: Autoestima; Envelhecimento; Procedimentos estéticos.

Abstract

Objective: to analyze the benefits of aesthetic procedures that delay skin aging on women's self-esteem. *Methods:* This is a descriptive, exploratory research, with a qualitative approach, carried out in an Aesthetics Clinic located in the municipality of Vitória da Conquista. Participants were 15 women aged over 25 years, who have been performing procedures at the clinic for at least 6 months. An interview was conducted based on a semi-structured script and the data were submitted to the researcher's analysis. *Results:* The results showed that many women feel the need to undergo aesthetic procedures, which directly affect their self-esteem. *Final considerations:* It is concluded that there are numerous benefits of aesthetic procedures, which will directly influence women's self-esteem.

Keywords: Self-esteem; Aging; Aesthetic procedures.

Resumen

Objetivo: analizar los beneficios de los procedimientos estéticos que retrasan el envejecimiento de la piel sobre la autoestima de la mujer. *Métodos:* Se trata de una investigación descriptiva, exploratoria, con abordaje cualitativo, realizada en una Clínica de Estética ubicada en el municipio de Vitória da Conquista. Participaron 15 mujeres mayores de 25 años, que realizaban procedimientos en la clínica desde al menos 6 meses. Se realizó una entrevista a partir de un guión semiestructurado y los datos fueron sometidos al análisis de la investigadora. *Resultados:* Los resultados mostraron que muchas mujeres sienten la necesidad de someterse a procedimientos estéticos, lo que afecta directamente su autoestima. *Consideraciones finales:* Se concluye que existen numerosos beneficios de los procedimientos estéticos, los cuales influirán directamente en la autoestima de la mujer.

Palabras clave: Autoestima; Envejecimiento; Procedimientos estéticos.

1. Introdução

A pele atua como uma barreira entre o organismo e o meio ambiente, servindo a uma variedade de funções, como proteção, estética e sensoriamento, que interferem na relação do indivíduo com o meio ambiente. Transcorre na pele um acervo de danos moleculares em células epiteliais, tendo dois meios que os acarretam: envelhecimento intrínseco, que se dá a partir da genética, como processos hormonais e o envelhecimento extrínseco decorrente do amontoamento de males ao DNA, associado a exposição à irradiação solar sem as devidas proteções, consumo de álcool em excesso, tabagismo, estresse e às condições ambientais, como poluição. Ao longo dos anos, a pele vai perdendo certas atribuições como: imutabilidade homeostática, blindagem e preservação em oposição a agentes externos, capacitância das trocas aquosas, reprodução celular e perda da elasticidade, a qual acarreta vulnerabilidade, atrofia, decréscimo de vasos sanguíneos, gordura e colágeno, ocasionando a manifestação do envelhecimento aparente através de rugas, flacidez e linhas de expressão (Johner & Neto, 2021).

A autoestima é declarada como o modo que as pessoas se aprovam. É construída a partir da infância, até o final da vida, sendo vista como o entendimento que a pessoa possui sobre si. Com o passar dos anos, a figura das mulheres vai se tornando cada vez mais desejada e a beleza externa vira de suma importância para a sociedade (Francisco & Scheidt, 2021). O sentimento de autoestima está presente na vida de todas as mulheres, seja ele de forma boa ou ruim. Quando é boa, a mulher tem autoestima elevada, tendo confiança em si, nas suas atitudes, condutas, se respeitando e admirando. Considera-se satisfeita em várias áreas de sua vida, como emprego, relacionamentos e emoções. Assim, impede que sentimentos como o de esgotamento e irritação se desenvolvam. Conseguem ter mais empatia para com os outros, livrando-se de desentendimentos, além de ter saúde mental e física mais favorável (Martins & Ferreira, 2020).

Os meios de comunicação hoje em dia, vendem cada vez mais a ideia do corpo perfeito, impondo padrões de beleza inalcançáveis. Desse modo as mulheres querem alcançar o mais rápido possível esse modelo, através de dietas restritas, cirurgias, procedimentos estéticos, inúmeros medicamentos e exercícios físicos. Há quem diga que encontram-se numa era de respeito e direitos humanos, mas o que indica é que esses direitos estão sendo violados a todo instante. Vivemos numa sociedade que impõe uma “ditadura da beleza”, sendo idealizada por padrões de beleza inatingíveis. É realizado através das televisões, internet, revistas, filmes, séries, comerciais, dominando o subconsciente das mulheres em busca da perfeição. A não realização desse modelo, faz com que ocorra um enorme desgosto dentro de cada mulher, ocasionando uma queda tremenda na autoestima (Francisco & Scheidt, 2021).

Está sendo estudado e comprovado cada vez mais que após serem submetidas a certos procedimentos estéticos, as mulheres estão tendo gradativamente uma estabilidade emocional e psicológica, contribuindo para a melhoria da autoestima pessoal. Pouco a pouco, conhecendo o estilo de vida de cada uma, buscando sempre o aperfeiçoamento de saúde junto com a estética, é possível que o profissional trace um plano de cuidados específicos para cada mulher, unindo o “poder” dos procedimentos, com a prática de exercícios físicos e uma alimentação saudável, todas as mulheres irão conseguir chegar em seus objetivos para que se sintam felizes e completas (Salomão et al., 2021). Existem, atualmente, inúmeros estudos comprovando que os procedimentos estéticos irão ajudar gradativamente no psicológico e emocional de mulheres com baixa autoestima. Gerando assim uma melhora significativa em suas relações pessoais e interpessoais (Martins & Ferreira, 2020).

Frente ao exposto, este estudo tem como objetivo analisar os benefícios dos procedimentos estéticos que retardam o envelhecimento cutâneo na autoestima de mulheres.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória, de abordagem qualitativa. De acordo com Gil (2017), o estudo descritivo busca descrever as características de determinadas populações ou fenômenos. Uma de suas peculiaridades está na utilização de técnicas padronizadas de coleta de dados, tais como o questionário e a observação sistemática. Já o estudo

exploratório realiza descrições da situação e objetiva descobrir as relações existentes entre seus elementos componentes. A abordagem qualitativa consiste em um método que se preocupa em observar aspectos mais profundos da complexidade humana permitindo a interface mais detalhada sobre hábitos, atitudes e tendências de comportamento (Marconi & Lakatos, 2007).

Para realização deste estudo foi solicitado à Clínica a autorização para realização da pesquisa in loco. Mediante autorização da Clínica este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Independente do Nordeste (CEP/FAINOR) para apreciação e após aprovação, sob o parecer nº 5.676.124, as pesquisadoras retornaram à Clínica para agendamento do início das entrevistas. Esta pesquisa atende a todos os princípios éticos e legais dispostos na Resolução 499/12 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012), que consiste em diretrizes e normas que regulam as pesquisas com os seres humanos, sendo iniciada somente após parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Independente do Nordeste –CEP/FAINOR.

A pesquisa foi realizada durante todo o mês de outubro de 2022 em uma Clínica de Estética, de grande porte, que funciona há mais de 1 ano, no município de Vitória da Conquista. A mesma presta vários procedimentos, como depilação a laser, drenagem linfática, peelings químicos, ventosaterapia, massagens modeladoras, massagens relaxantes e limpeza de pele.

Foram participantes da pesquisa 15 mulheres. Como critérios de inclusão elencou-se: idade superior a 25 anos de idade; que fazem procedimentos estéticos na clínica há no mínimo 6 meses. Foram excluídas mulheres que fizeram com uma frequência mínima de dois meses.

Os dados foram coletados a partir da realização de uma entrevista individual, guiada por roteiro semiestruturado. Este método de coleta de dados combina perguntas fechadas e abertas, podendo o entrevistado discorrer sobre o tema proposto, sem respostas ou condições prefixadas pelas pesquisadoras. Ressalta-se que esta técnica possibilita inserir outras questões durante a coleta, condicionada à interação das pesquisadoras, do sujeito e das respostas deste último. São várias as vantagens da entrevista: aprofundar respostas, acompanhar ideias e investigar motivos e sentimentos (Minayo, 2010).

A análise dos dados obtidos nas entrevistas foi realizada através da técnica de Análise de Conteúdo Temática Categorical. De acordo com Bardin (2016), esta é um conjunto de técnicas de análise das comunicações que visa, através de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, obter indicadores que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção das mensagens.

As participantes foram esclarecidas sobre os objetivos e relevância do estudo e informadas sobre o seu direito de participar ou não, da autonomia de desistir em qualquer fase, devendo as mesmas expressarem esta intenção às pesquisadoras através do telefone disponibilizado. A pesquisa não prevê pagamento pela participação das colaboradoras do estudo, como também não haverá pagamento para as pesquisadoras. Aceitando participar do estudo, foi solicitado às participantes a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As participantes ficaram com a via original do TCLE, devidamente assinada pelas pesquisadoras, e devolveram uma cópia assinada por elas.

As entrevistas aconteceram em local privativo, somente na presença das pesquisadoras e da participante, a fim de garantir o sigilo das informações obtidas. No intuito de preservar o anonimato das participantes, as mesmas foram identificadas ao longo do estudo como E-1, E-2, até E-15. Os dados coletados durante as entrevistas, e transcritos após as mesmas, foram gravados em pen drive e arquivados pelas pesquisadoras responsáveis.

3. Resultados e Discussão

As participantes da pesquisa se caracterizaram com idade sendo seis (40%) na faixa etária entre 25 e 29 anos e seis (40%) também entre 30 e 39 anos. Duas (13%) participantes tinham 40 e 42 anos respectivamente e apenas uma (7%) com 62 anos. Segundo Pinheiro et al 2020, as participantes do 2º grupo, em sua maioria (36%) tiveram a faixa etária entre 18 e 24 anos, seguidos por 27% entre 25 e 35 anos. Idades entre 36 e 45 anos e de 46 até 55 anos, são computadas ambas com 17%. Somente

3% das mulheres estão na faixa etária entre 56 e 60 anos. Como neste estudo foram excluídas mulheres com idade menor que 25 anos, dentre os resultados podemos afirmar que a grande maioria das participantes que realizam procedimentos estéticos estão na faixa etária entre 25 e 40 anos.

O nível de escolaridade das participantes dessa pesquisa divergiu bastante, sendo que oito (54%) afirmaram que completaram o ensino médio, cinco (33%) delas completaram a graduação e apenas duas (13%) fizeram pós-graduação. De acordo com Pinheiro et al 2020, 38% das entrevistadas (11) completaram o ensino médio, 52% (15) o ensino superior e somente 10% (3) formaram-se na pós-graduação. Foi confirmado que o nível de escolaridade influencia diretamente no contentamento corporal e desejo de fazer procedimentos estéticos. Visto que as mulheres que possuem maior escolaridade, irão ter um maior nível socioeconômico, tendo mais poder de compra e podem gradativamente realizar os procedimentos estéticos que desejam, tendo assim uma melhora significativa na sua autoestima.

O quesito profissional das entrevistadas foi o que mais se diversificou, tendo três participantes fisioterapeutas, uma engenheira, uma promotora, duas vendedoras, uma recepcionista/consultora e uma coordenadora de vendas. Somente uma das participantes era dona de casa e três foram descritas como autônomas. Das duas participantes restantes, uma trabalhava com marketing digital e a outra era estudante.

A pesquisa de Pinheiro et al (2020) divide as 90 participantes do estudo em três grupos, configurando 30 em cada. O grupo 1 é composto por mulheres universitárias que não realizavam procedimentos estéticos e não praticavam nenhum exercício físico. O 2º grupo foi constituído por mulheres que apenas realizavam procedimentos estéticos. Já o grupo 3 foi formado por mulheres que se exercitavam habitualmente. Os dados utilizados para compor este artigo apenas serão do grupo 2, pois o foco desta pesquisa é justamente as mulheres que fazem procedimentos estéticos.

Na clínica, lócus desta pesquisa, executa-se uma grande variedade de procedimentos estéticos, dentre eles a depilação a laser (40%), drenagem linfática (20%), limpeza de pele (15%) e massagem modeladora (15%), foram mais citados pelas participantes. Todos os procedimentos foram contabilizados e descritos no Gráfico 1, conforme a seguir:

Gráfico 1 - O tipo de procedimento estético realizado pelas mulheres.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Segundo Leandro (2022), de 100 participantes, 83% confirmaram que os procedimentos de maior procura são os que envolvem intervenções faciais e o restante foram de procedimentos corporais. Decorreu-se que o peeling foi um procedimento em que houve alteração considerável em 100% de participantes, ocasionando uma melhora na pele, consequentemente as

mulheres se sentiam mais bonitas e confiantes. Jurado e Jurado (2021), afirmam que no peeling é utilizado substâncias químicas, mecânicas e físicas, que quebram as camadas da pele, fazendo com que as mesmas se renovem. Entretanto, o peeling não foi muito citado no presente artigo, pois apenas uma participante afirmou que realizava este procedimento.

A frequência em que as participantes apresentam-se na clínica para realizarem os procedimentos quase não variou. Das quinze entrevistadas, nove (60%) afirmaram que comparecem na clínica a cada 60 dias, quatro (27%) vão todo mês e apenas duas (13%) visitam entre 45 e 60 dias. Segundo Pereira et al. (2018), foi verificado uma intensa procura dos serviços estéticos, sendo que de 40 pacientes atendidas, 40% (16) delas afirmaram que vão a clínica quatro vezes por mês, seguido de 30% (12) que comparecem pelo menos uma vez por mês, 10% (4) duas vezes por mês, 8% (3) frequentam uma vez a cada 3 meses, 7% (3) três vezes por mês, e por último 5% (2) delas visitam oito vezes por mês.

Sendo assim, foi notório a discrepância entre as frequências, pois de fato estas mulheres frequentam muito mais a clínica de estética. É importante salientar que cada mulher deve conhecer sobre si, tendo consciência de seu corpo e de suas necessidades, ocasionando ou não uma maior procura dos serviços estéticos (Pereira et al., 2018). De acordo Bastian (2020) a maior parte das mulheres ao longo de sua vida, já sofreu algum tipo de coação estética justamente por causa dos padrões de beleza impostos pela sociedade, tendo em vista que a baixa autoestima pode ocasionar sentimentos ruins sobre si, levando a transtornos psicológicos e alimentares.

As participantes do estudo puderam descrever como cada uma acredita que seja sua autoestima, sendo a maioria com 53% (oito), consideram-se ter uma boa autoestima. Os 47% (sete) restantes declararam ter uma autoestima média, desse modo 0% das participantes admitiram ter uma autoestima ruim, como é possível ver no Gráfico 2 a seguir:

Gráfico 2 - A forma de classificação da autoestima das participantes.



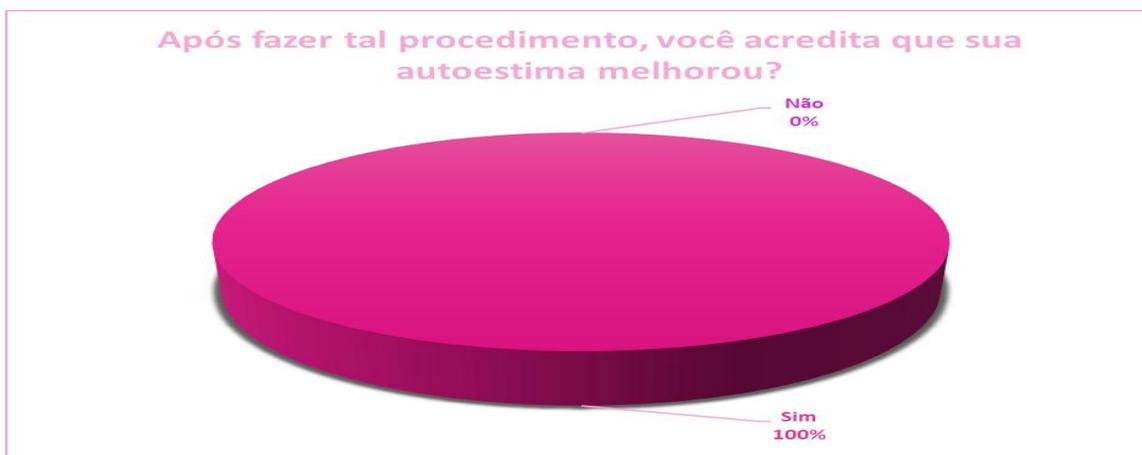
Fonte: Dados da pesquisa (2022).

De acordo com Meyer e Goulart (2019), a maioria das mulheres do seu estudo, cerca de 71%, confirmaram ter autoestima alta e os 29% restantes se pronunciaram tendo autoestima média. Assim como neste presente estudo, nenhuma das participantes tiveram autoestima baixa. Resultado esse que impressiona, sendo de suma importância que as mulheres se sintam cada vez mais felizes consigo mesmas.

Segundo Pires e Ribeiro (2021), a autoestima é um conjunto de aspectos psicológicos, sociais e emocionais, influenciando diretamente na qualidade de vida das pessoas, saúde mental e bem estar próprio. Oliveira (2021) afirma que toda pessoa merece se sentir atraente e bem consigo mesma, entretanto nem todo mundo está contente com sua aparência física, ocasionando alguma insatisfação pessoal. Por sorte, atualmente, encontram-se inúmeros procedimentos estéticos que vão solucionar essa insatisfação, sendo eles muitas vezes não cirúrgicos, tendo resultados prolongados e instantâneos.

As entrevistadas avaliaram se sua autoestima melhorou ou não depois de realizar os procedimentos e 100% delas confirmaram que houve melhora na autoestima, como está descrito no Gráfico 3 em seguida:

Gráfico 3 - Entendimento sobre a melhora da autoestima após procedimentos.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

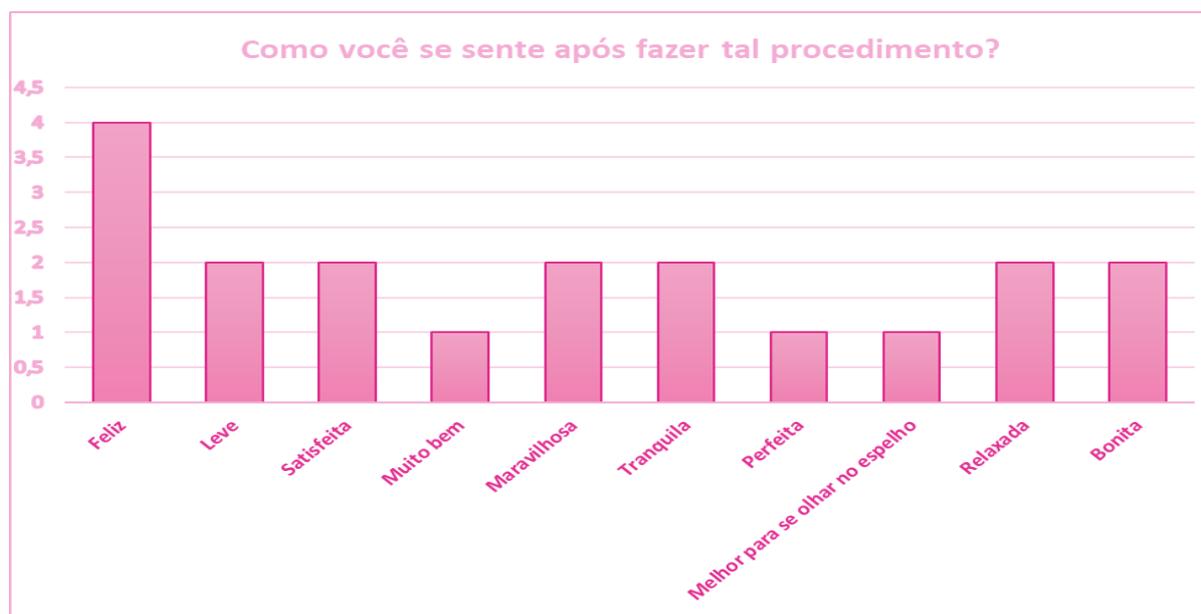
Conforme Filgueiras (2018) os procedimentos estéticos auxiliam para o aprimoramento da imagem pessoal, portanto melhora a própria segurança, visto que 81% das pessoas afirmaram que os pós procedimentos eram satisfatórios. Pontua-se que no cenário em que vivemos, a estética cresce a cada dia mais, pois há uma grande apreensão sobre o próprio corpo, e as pessoas procuram estes procedimentos como uma forma de sentir-se em harmonia dentro de si mesmo. De acordo com Puhl et al. (2018), a procura pela perfeição e rejuvenescimento é frequentemente desejada pelas mulheres. Cada vez mais se busca padrões altíssimos de beleza com fisionomia impecável e juvenil.

Outro resultado foi entendido como unanimidade, pois 100% das participantes do estudo sentem a necessidade de fazer algum tipo de procedimento estético. Ao serem questionadas se ficariam um tempo maior que seis meses sem fazer nenhum tipo de procedimento, onze mulheres, cerca de 73%, disseram que não conseguiriam ficar e apenas quatro (27%) das entrevistadas afirmaram que ficariam.

Em concordância com o estudo de Pereira et al (2018), quarenta participantes puderam descrever a relevância em suas vidas que os procedimentos estéticos possuem, sendo assim, 57% (23) afirmaram ter grande relevância em suas vidas, 38% (15) disseram que estes são indispensáveis e apenas 5% (2) dizem que os mesmos têm pouca relevância. Pode-se afirmar que para maioria das entrevistadas esses procedimentos são importantes, reforçando que cuidar de si mesma, não seria considerado um luxo, e sim uma necessidade do ser humano. É interessante evidenciar que aproximadamente metade das mulheres (49,4%), asseguram-se que o dinheiro gasto com estes procedimentos não muda apenas o seu físico, mas atua em sua saúde, ocasionando alegria e contentamento pessoal.

Foi de suma importância para o estudo saber de cada participante como elas se sentiam depois de fazer os procedimentos. O sentimento que mais foi citado dentre as mulheres foi o “feliz” com 21%. Adjetivos como “bonita”, “relaxada”, “tranquila” e “maravilhosa” empataram em torno de 11% das entrevistadas, sendo retratado no Gráfico 4 a seguir:

Gráfico 4 - Sentimento das mulheres depois de realizar cada procedimento.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Em concordância com Silvéri et al. (2021) é de grande importância que cada mulher tenha consciência das suas necessidades estéticas, buscando de forma certa em conjunto com um profissional de qualidade, o melhor tratamento para seu caso.

O estudo de Gonçalves (2018) certifica que a autoestima vai além de como o ser humano se vê, mas como ele se aceita, identifica suas metas de vida e provê o outro. Ter uma autoestima boa, não necessariamente vai fazer com que a mulher se intitule como “perfeita”, pois não há ninguém perfeito neste mundo, mas ter uma autoestima alta é se sentir feliz, com importância para sociedade e se vendo de maneira proveitosa e verdadeira.

4. Considerações Finais

A busca por procedimentos estéticos surge de uma sociedade que impõe uma “ditadura da beleza”, sendo idealizada por padrões de beleza inatingíveis. Nesta pesquisa, evidenciou-se a busca por procedimentos estéticos relacionados à melhoria na autoestima, para além dos inúmeros benefícios que podem ser alcançados a partir da realização de tais procedimentos.

Constatou-se, ainda, que a autoestima influencia diretamente no bem estar emocional, físico, social e pessoal das mulheres. Destarte, as mulheres buscam maneiras de se sentirem mais felizes consigo mesmas, sendo os procedimentos estéticos os mais utilizados. Foi verificado que logo após fazerem tais procedimentos as mulheres já sentiram melhoria em relação à sua autoestima, portanto, gerando necessidade de continuar fazendo os procedimentos estéticos, cada vez mais frequentes.

Contudo, é importante fomentar a necessidade de estudos aprofundados sobre o tema, salientando a importância de ter uma autoestima elevada e como ela irá influenciar em todos os aspectos da vida, não apenas nas mulheres, mas também nos homens, pois quando se tem uma boa autoestima a qualidade de vida melhora significativamente.

Referências

- Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Bastian, F. C. (2020). O padrão de beleza e seus defeitos sobre a autoimagem, autoestima e imagem corporal. *Universidade do Sul de Santa Catarina*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/16630>
- Pereira, A. F., Bitencourt, B., & Medeiros, F. D. (2018). *Autoestima E Bem Estar Pós-Tratamentos De Rejuvenescimento Facial 1*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/7906/1/TCC%202%20VERSAO%20FINAL%20RIUNI%20PDF.pdf>
- Filgueiras, N. L. (2018). O crescimento e a valorização do mercado de estética no Brasil. *Faculdade de Ciências Gerenciais de Manhuçu*. <http://pensaracademico.facig.edu.br/index.php/repositoriottcc/article/view/1009>
- Francisco, B. S., Scheidt, G. (2021). A influência da estética na autoestima e qualidade de vida. *Universidade do Sul de Santa Catarina*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/18006>
- Gil, A. C. (2017). *Como elaborar projetos de pesquisa*. (6a ed.). Atlas.
- Johner, K., & Neto, C. F. G. (2021). Análise dos fatores de risco para o envelhecimento da pele: aspectos nutricionais / Analysis of risk factors for skin aging: nutritional aspects. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(3), 10000–10018. <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n3-035>
- Jurado, S. R., & Jurado, S. V. (2020). Enfermagem estética: avanços, dilemas e perspectivas. *Global Academic Nursing Journal*, 1(1), e8. <https://doi.org/10.5935/2675-5602.20200008>
- Gonçalves, K. M. (2018). A autoestima durante o tratamento de câncer. *Revista Estética Em Movimento*, 1(1). <http://revista.fumec.br/index.php/esteticaemmovimento/article/view/6491>
- Leandro, F. C. (2022). Autoestima e autoimagem após tratamento estético: uma revisão narrativa da literatura. *Universidade do Sul de Santa Catarina*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/25769>
- Marconi, M., & Lakatos, E. (2007). *Metodologia científica*. (5a ed.). Atlas.
- Martins, R. D. S. G., & Ferreira, Z. A. B. (2020). A Importância dos Procedimentos Estéticos na Autoestima da Mulher / The Importance of Aesthetic Procedures in Women's Self-Esteem. *ID on Line REVISTA de PSICOLOGIA*, 14(53), 442–453.
- Meyer, D., & Goulart, G. (2019). Avaliação da autoestima das mulheres que realizam procedimentos estéticos nas Clínicas Escolas da Unisul-Pedra Branca. *Animaeducacao.com.br*. <https://doi.org/https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/7939>
- Minayo, M. C. S. (2010). *Técnicas de pesquisa: entrevista como técnica privilegiada de comunicação*. In: *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. (12ª ed.). Hucitec.
- Oliveira, B. G. (2021). O papel da Harmonização Facial na ajuda ao resgate da autoestima. Pontifícia Universidade Católica de Goiás. <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/3002>
- Pinheiro, T., Piovezan, N., Batista, H., & Muner, L. (2020). Relação Dos Procedimentos Estéticos Com Satisfação Da Autoimagem Corporal E Autoestima De Mulheres. *Revista Cathedral*, 2(1). <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/106>
- Pires, Y. S., & Ribeiro, P. M. C. (2021). Harmonização Orofacial e o Uso do Ácido Hialurônico e Toxina Botulínica: O Poder de Restituir Autoestima / Orofacial Harmonization and the Use of Hyaluronic Acid and Botulinic Toxin: The Power to Restore Self-Esteem. *ID on Line REVISTA de PSICOLOGIA*, 15(56), 252–260. <https://doi.org/10.14295/online.v15i56.3076>
- Puhl, G. M. D., Silva, E., Feller, A. G., & Zimmermann, C. E. (2018). A Importância Do Ácido Ascórbico No Combate Ao Envelhecimento. *Revista Saúde Integrada*, 11, 47–58. <https://core.ac.uk/download/pdf/229765819.pdf>
- Salomão, A. C. M., Silva, L. L de O., & Santos, J. R. (2021). Benefícios dos procedimentos estéticos melhorando a autoestima. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (16), e590101624308. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i16.24308>
- Silviéri, M. C., Guimarães, A. O., Peixoto, D., Patto, G. J., & Soares, T. L. (2021). Relação Dos Procedimentos Estéticos E A Idade De Mulheres Em Jacutinga-Mg. *Revista Faculdades Do Saber*, 6(12), 793-803. <https://rfs.emnuvens.com.br/rfs/article/view/116>