

REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Homepage: <https://ojs.unicet.edu.br/react>
ISSN: 2674-9157

Artigo de Revisão

A INFLUÊNCIA DOS PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS NA AUTOESTIMA E SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

THE INFLUENCE OF AESTHETIC PROCEDURES ON SELF-ESTEEM AND MENTAL HEALTH: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Rosiany Karine Gonçalves Nunes¹, Vanessa da Silva Santos², Kelly Beatriz Vieira de Oliveira³, Danielle Zildeana Sousa Furtado⁴

RESUMO

A definição de beleza tem variado ao longo da história, influenciada por fatores sociais e culturais. No contexto contemporâneo, a valorização da aparência física tem estimulado a busca por procedimentos estéticos como estratégia para elevação da autoestima. Este estudo teve como objetivo analisar a influência dos procedimentos estéticos sobre a saúde mental e a autoestima, considerando que tais intervenções podem impactar não apenas a estética corporal, mas também o bem-estar psicológico. Para tanto, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo e qualitativo, fundamentada em artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados em português e inglês, revisados por pares e selecionados no período de 2005 a 2025. As bases de dados consultadas foram SciELO, PubMed e Google Acadêmico. A análise de nove estudos revelou que os procedimentos estéticos contribuíram para a melhora da autoimagem, da autoconfiança e da autoestima, além de favorecerem o bem-estar emocional e a qualidade de vida. Em alguns casos, foi observada também a redução da ansiedade relacionada à aparência. Esses achados reforçam a necessidade de uma abordagem ética e humanizada por parte dos profissionais da área, considerando as motivações e necessidades individuais dos pacientes.

PALAVRAS-CHAVE: Autoestima. Procedimentos estéticos. Saúde mental.

ABSTRACT

The definition of beauty has varied throughout history, influenced by social and cultural factors. In the contemporary context, the emphasis on physical appearance has encouraged the pursuit of aesthetic procedures as a strategy to enhance self-esteem. This study aimed to analyze the influence of aesthetic procedures on mental health and self-esteem, considering that such interventions may affect not only body aesthetics but also psychological well-being. An integrative literature review with a descriptive and qualitative approach was conducted, based on full-text, peer-reviewed scientific articles published in Portuguese and English between 2005 and 2025. The databases consulted were SciELO, PubMed, and Google Scholar. The analysis of nine studies revealed that aesthetic procedures contributed to improvements in self-image, self-confidence, and self-esteem, as well as to enhanced emotional well-being and quality of life. In some cases, a reduction in appearance-related anxiety was also observed. These findings highlight the importance of an ethical and humanized approach by professionals in the field, taking into account patients' motivations and individual needs.

KEYWORDS: Selfesteem. Aesthetic procederes. Mental health.

1 Graduanda do Curso de Biomedicina do Centro Universitário – UNICET. E-mail: belezakarine07@gmail.com

2 Graduanda do Curso de Biomedicina do Centro Universitário – UNICET. E-mail: vanessasilvassantos@gmail.com

3 Professora do Curso de Biomedicina do Centro Universitário – UNICET. Graduada em Biomedicina. Mestre em Farmacologia. E-mail: vieira.beatriz.kelly@hotmail.com

4 Professora do Curso de Biomedicina do Centro Universitário – UNICET. Graduada em Biomedicina. Mestre em Ciência da Saúde e Doutora em Ciência da Saúde. E-mail: daniellefurtado@gmail.com

INTRODUÇÃO

A discussão sobre o conceito do belo e feio remonta a períodos anteriores ao século VI a.C., variando conforme o contexto histórico e social. Nesse tempo, acreditava-se que a beleza era definida pela proporção exata das medidas. Posteriormente, a definição de beleza passou a ser associada à aparência jovial e a um corpo magro, que transmita extrema felicidade (LYON; SILVA, 2015).

Em diferentes épocas, observa-se o desejo dos indivíduos de transformar sua aparência. Contudo, em diversas tradições, os conceitos de estética e beleza assumiam significados relacionados ao modo de vida de cada cultura (SILVEIRA; NASCIMENTO, 2022).

Na contemporaneidade, manter-se feliz era visto como o principal motivo e estava ligado à busca excessiva da autoestima, compreendida por meio dos padrões de beleza estabelecidos culturalmente. Isso fazia com que a beleza fosse considerada a chave fundamental para o sucesso profissional e o reconhecimento social, sendo sinônimo de saúde, realização e prestígio pessoal, além de possibilitar prazer e amor (LYON; SILVA, 2015).

Devido aos avanços da globalização, cuidar de si deixou de ser visto como um mero ato de vaidade e passou a ser compreendido como uma condição fundamental para a saúde e o bem-estar psicossocial. Essa condição psicossocial permitia restituir e recuperar a autoestima do ser humano por meio de procedimentos estéticos, que tinham por finalidade corrigir e reparar insatisfações (RAMOS et al., 2022).

Além disso, a autoestima também era considerada um importante indicador de saúde mental, por interferir nas condições afetivas, sociais e psicológicas dos indivíduos. Interferia, portanto, na saúde, no bem-estar e na qualidade de vida da população em geral (SCHULTHEISZ; APRIL, 2013).

Os procedimentos estéticos passaram a ser uma escolha frequente das pessoas, independentemente do gênero, com o objetivo de melhorar a aparência física e manter um aspecto jovial. Dentre eles, destacam-se as cirurgias plásticas, os tratamentos minimamente invasivos, como a aplicação de toxina botulínica, e os procedimentos não invasivos, como tratamentos a laser e radiofrequência (LIRA et al., 2023). Os modelos de beleza definidos como perfeitos poderiam provocar sentimentos de inadequação, despertando a necessidade de corrigir insatisfações com a

aparência. Por isso, surgiam as cirurgias, os procedimentos estéticos, dietas e outros recursos com a finalidade de reduzir desconfortos, diminuir complexos e incômodos relacionados à imagem corporal (PINHEIRO et al., 2020).

Segundo Ferreira et al. (2016, p. 409), “os tratamentos estéticos possuem influências positivas tanto na imagem corporal quanto na qualidade de vida, melhorando o grau de satisfação de mulheres.” Com isso, notou-se a importância dos procedimentos estéticos para a melhora da autoestima, pois serviam para tratar insatisfações que poderiam agravar ou amenizar a autoestima e a saúde do indivíduo.

A beleza, portanto, encontra-se fortemente associada ao bem-estar e à autoestima. Pessoas que investem em cuidados com a aparência tendem a apresentar maior segurança, o que favorece suas relações sociais, profissionais e afetivas, devido ao fortalecimento da confiança pessoal (NEVES, 2015). Além disso, os procedimentos estéticos estiveram associados a mudanças significativas na vida das pessoas, relacionados aos efeitos psicológicos, melhorando o bem-estar, a autoestima e a satisfação com a aparência, estimulando a saúde mental daqueles que não estavam satisfeitos ou que se sentiam incomodados com sua aparência estética (LIRA et al., 2023).

Dessa forma, o objetivo deste estudo foi analisar como os procedimentos estéticos afetavam a percepção de si mesmo, a confiança e o bem-estar psicológico dos indivíduos.

METODOLOGIA

Este estudo caracterizou-se como uma revisão integrativa da literatura, com abordagem descritiva e qualitativa, cujo objetivo foi analisar a influência dos procedimentos estéticos na autoestima e na saúde mental dos indivíduos. Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra, em português e inglês, revisados por pares, com estudos de caso e pesquisas qualitativas e quantitativas. O recorte temporal abrangeu os últimos 20 anos, considerando publicações entre 2005 e 2025, a fim de compreender a evolução da relação entre estética, imagem corporal, autoimagem e bem-estar psicológico nesse período.

As bases de dados consultadas foram: SciELO, PubMed e Google Acadêmico. Os descritores utilizados na busca foram: procedimentos estéticos, autoestima, saúde mental, imagem corporal e qualidade de vida.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas: (1) leitura dos títulos; (2) análise dos resumos; e (3) avaliação dos textos completos. Foram priorizados os artigos que apresentaram aderência direta ao tema proposto.

Após a seleção, os dados extraídos dos artigos foram organizados e tabulados em um quadro sinótico, contendo as seguintes informações: ano de publicação, autoria, objetivos do estudo e principais conclusões, apresentados em ordem crescente de ano de publicação. Essa sistematização possibilitou uma análise comparativa dos achados ao longo do tempo, favorecendo a identificação de padrões, tendências e lacunas na literatura científica sobre o tema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados desta pesquisa foram elaborados a partir da análise e interpretação de 9 artigos científicos relacionados ao segmento, conforme ilustrado no Quadro 1.

Quadro 1 – Caracetrização das pesquisas selecionadas para compor o estudo (n=9)

Autoria	Objetivo	Conclusão	Ano
SILVA, Marina da Conceição.	Identificar de que forma os usos das redes sociais afetam ou interferem na autoestima dos indivíduos.	Identificou-se que há uma íntima relação entre os pontos abordados.	2021
SALOMÃO, A. C. de M. .; SILVA, L. L. de O. .; SANTOS, J. R.	Avaliar os benefícios dos procedimentos estéticos não melhora da autoestima.	Conclui-se que os procedimentos estéticos ajudam a e levar a autoestima, transformando um conceito positivo de si próprio e pode do enxergar sua beleza e qualidades.	2021
ALBUQUERQUE, K. L. C. de.; SILVA, L. B. da .; TEIXEIRA, H. S. .	Revisar a satisfação dos pacientes e após realizar tratamentos estéticos analisando sua influência sobre e a sua autoestima e autoimagem	As obras analisadas apontam que os procedimentos estéticos têm impactos positivos na autoimagem dos indivíduos, com consequências benéficas em sua autoestima qualidades de vida.	2022
Rodrigues, et al.,	Relatar um caso clínico, que incorpora	Conclui-se, que procedimentos	2022

	a associação da odontologia estética na reabilitação do paciente em sua forma integral, por meio de procedimentos não invasivos realizados na harmonização orofacial, restabelecendo não só estética e função, mas também a autoestima e aceitação da paciente.	minimamente invasivos foram eficazes na harmonização da face, permitindo equilibrar estética, função e bem-estar, obtendo resultados físicos e psicológico satisfatórios.	
SILVEIRA, Lais Pediger; Do Nascimento, Rosimar.	Trazer a reflexão sobre a beleza e a estética na sociedade, ao longo da história humana, considerando que a visão do belo e do feio pode estar relacionada com a autoestima de mulheres e homens que buscam técnicas de embelezamento para a realização pessoal e profissional.	Os resultados indicações o sentimento de uma sociedade que sempre esteve voltada para a busca da beleza corporal, traves do uso de exuberantes adornos, cuidados com a pele e aparência física, no sentido da satisfação pessoal, conforme as exigências sociais de seu tempo.	2022
SANT, Isabella Victoria; MACHADO, Anna; OVIELLO, Mariana Camilo Meirelles.	Analisar a influência dos tratamentos estéticos que promovem o bem-estar e leva o paciente à melhora na vida cotidiana, aumentando a autoestima e autoconfiança.	Ficou evidente através desta pesquisa que as pessoas associam a questão do bem-estar, da automotivação e da autoestima uma condição que pode ser adquirida, sentida, vivenciada por via de procedimentos estéticos.	2023
De Oliveira, et al.,	Estudo a cerca da autoestima como um fator protetivo para a saúde mental.	Nesse contexto, a consdda autoestima que se inicia na infância e continuará em construção ao longo de todo o seu desenvolvimento, envolverá fatores, sociais, culturais, e emocionais, sempre passando pelo processo da subjetividade do indivíduo.	2023
Braga, et al.,	Investigar o impacto do peeling facial na autoestima e na redução da ansiedade em pacientes com acne vulgar, considerando estudos clínicos realizados nos últimos dez anos.	Conclui-se que o peeling facial pode ser uma intervenção valiosa para pacientes com acne vulgar, não apenas melhorando a condição da pele, mas também contribuindo para o bem-estar emocional e psicológico.	2024
Calheiros, et al.,	Descrever a relação de como os procedimentos	O estudo apontou que os procedimentos estéticos podem melhorar	2024

	estéticos influenciam na autoestima dos indivíduos.	características físicas que incomodam os indivíduos, consequentemente prejudicando a autoestima devido a insatisfação com a imagem corporal, condições essas que afetam a saúde mental e qualidade de vida.	
--	---	---	--

Fonte: Autor (2025)

De acordo com Silva (2021), a autoestima está intrinsecamente relacionada à autoimagem e às respostas comportamentais do indivíduo ao ambiente. Esta construção psicológica é modulada por experiências de vida e interações interpessoais, manifestando-se através de atributos como autoconfiança, segurança emocional e autoavaliação de valor pessoal.

Estudos realizados por Pinheiros et al. (2023) demonstram que indivíduos com níveis elevados de autoestima exibem melhor desempenho em interações interpessoais e também intrapessoais, evidenciando maior resiliência e capacidade adaptativa em situações que exigem ajustes comportamentais para prevenir o adoecimento psicológico.

Nesse contexto, diferentes autores apontam que os procedimentos estéticos exercem impacto positivo na autoestima. Salomão, Silva e Santos (2021) observaram que tais intervenções favorecem uma autoimagem mais positiva, estimulando o reconhecimento das qualidades pessoais e o bem-estar subjetivo. De forma semelhante, Albuquerque, Silva e Teixeira (2022) destacaram a correlação direta entre autoestima e bem-estar emocional, indicando que a realização de procedimentos estéticos incrementa a autoconfiança e promove maior satisfação pessoal e social. Machado e Noviello (2023) complementam ao enfatizar que as práticas estéticas contemporâneas contribuem para o empoderamento e o aumento da autoconfiança dos indivíduos.

Alguns estudos abordam contextos clínicos específicos Braga et al. (2024) evidenciaram que intervenções como o peeling facial podem impactar positivamente a autoestima e contribuir para a redução dos níveis de ansiedade em pacientes com acne vulgar. A melhora na uniformidade da pele e diminuição das lesões acneicas tendem a elevar a autoconfiança e a satisfação com a aparência, promovendo maior bem-estar psicológico.

Rodrigues et al. (2022), concluíram que a aparência facial desempenha papel fundamental na formação de autoimagem e na autoestima. Presença de marcas, deformidades ou alterações estéticas podem afetar negativamente o bem-estar psicológico e social do indivíduo.

Calheiros et al. (2024), demonstram que procedimentos estéticos podem exercer efeito positivo na autoestima, possibilitando a modificação de características físicas que causam desconforto, o que, por sua vez, pode influenciar a satisfação com a imagem corporal. Contudo, ressaltam a importância de uma avaliação multifatorial por parte do profissional, considerando que fatores estéticos não devem ser os únicos determinantes do bem-estar psicológico, sendo fundamental uma abordagem holística na avaliação do indivíduo.

Silveira e Nascimento (2022), constatou que a estética e a beleza representam elementos centrais na cultura de uma sociedade. No contexto dos tempos considerados hipermodernos, o cuidado com o corpo deve estar intrinsecamente associado a promoção da saúde física e emocional, ao fortalecimento da autoestima e ao alcance do sucesso pessoal e profissional de cada indivíduo, visando a uma melhor qualidade de vida. Em suma, os estudos indicam que procedimentos estéticos podem ser ferramentas valiosas para melhorar a autoestima e o bem-estar emocional, mas devem ser utilizados de forma consciente e integrada a uma avaliação mais ampla da condição de cada indivíduo. Assim, é possível promover uma melhora genuína na qualidade de vida, respeitando as particularidades de cada pessoa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão integrativa da literatura elucidou a relação intrínseca entre procedimentos estéticos, autoestima e saúde mental no contexto contemporâneo. Embora os procedimentos estéticos visem principalmente modificar a aparência física, seus efeitos vão além da estética, influenciando profundamente as dimensões emocionais, sociais e psicológicas. A análise dos estudos revelou que a busca por padrões de beleza socialmente construídos tem levado um número crescente de indivíduos, independentemente do gênero, a recorrer a esses procedimentos para alcançar maior satisfação pessoal, segurança e inserção social. Essa busca, embora legítima, exige uma reflexão crítica sobre o impacto da pressão estética imposta pela sociedade e amplificada pelos meios de comunicação e redes sociais.

Além disso, verificou-se que a elevação da autoestima pode ser facilitada por procedimentos estéticos, desde que realizados com responsabilidade, orientação profissional adequada e motivações conscientes. No entanto, os riscos associados à idealização de um corpo "perfeito", à insatisfação crônica com a autoimagem e aos potenciais complicações físicas e psicológicas dos procedimentos também são aspectos relevantes a serem considerados. Conclui-se que o cuidado com a estética deve seguir uma abordagem integrativa e humanizada, priorizando o bem-estar global do indivíduo.

Essa abordagem promove não apenas melhorias visíveis, mas também o fortalecimento da autoestima, do autocuidado e da saúde mental, com práticas éticas que respeitem a diversidade de corpos e subjetividades, contribuindo para um arcabouço social mais inclusivo e consciente.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, K. L. C. de; SILVA, L. B. da; TEIXEIRA, H. S. Self-esteem and quality of life: a relationship with aesthetics. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 16, p. e496111638541, 2022.

APRILE, M. R. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, v. 5, n. 1, p. 36-48, 2013.

BRAGA, J. P. N.; GALVÃO, A. V. S. L.; PIMENTEL, B. C. F.; GRESPAN, C. M.; MENDANHA, D. B. Impacto do peeling facial na autoestima e redução da ansiedade: um estudo clínico em pacientes com acne vulgar. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 4, p. 773-782, 2024.

CALHEIROS, M. S. C. et al. Procedimentos estéticos como impulsionadores da autoestima dos indivíduos. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. e70026, 2024.

DE OLIVEIRA RIBEIRO SILVA PINHEIRO, A. P.; DANTAS DE SENA, M. C.; DAMASCENO ALMEIDA GONÇALVES, R.; DE SOUZA, J. M. Autoestima como fator protetivo para a saúde mental. ID on line. **Revista de Psicologia**, [S. l.], v. 17, n. 68, p. 46-56, 2023.

FERREIRA, J. B.; LEMOS, L. M. A.; SILVA, T. R. Qualidade de vida, imagem corporal e satisfação nos tratamentos estéticos. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 6, n. 4, 2016.

LIRA, F. K. A. et al. Avaliação dos efeitos neurobiológicos e psicológicos dos procedimentos estéticos. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 5, p. 16742-16757, 2023.

LYON, S.; SILVA, R. C. **Dermatologia estética: medicina e cirurgia estética**. 1. ed. Rio de Janeiro: MedBook, 2015.

NEVES, M. B. **Nutrição estética e nutricosméticos: uma abordagem prática**. São Paulo: AS Sistemas, 2015.

OLIVEIRA RAMOS, C. M.; OLIVEIRA JÚNIOR, J. M.; VILA, M. M. D. C.; HANAI-YOSHIDA, V. M. A micropigmentação da área de sobrancelha: caracterização de tintas e estudo clínico randomizado para avaliar a longevidade dos pigmentos na pele. **Revista Científica de Estética e Cosmetologia**, v. 2, n. 1, p. e0482022, 2022.

PINHEIRO, T.; PIOVEZAN, N.; BATISTA, H.; MUNER, L. Relação dos procedimentos estéticos com satisfação da autoimagem corporal e autoestima de mulheres. **Revista Cathedral**, v. 2, n. 1, 2020.

RODRIGUES, C. O.; PACHECO, C. L. O.; SOUZA, D. M.; NAVES, M. D.; PACHECO, R. F. Harmonização orofacial no restabelecimento da autoestima: relato de caso. **Aesthetic Orofacial Science**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 19-28, 2022.

SALOMÃO, A. C. M.; SILVA, L. L. O.; SANTOS, J. R. Benefits of aesthetic procedures improving self-esteem. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 16, p. e590101624308, 2021.

SANT, I. V.; MACHADO, A.; NOVIELLO, M. C. M. O bem-estar e a autoestima no pós-tratamento estético facial e corporal, considerando os impactos causados pela mídia para o padrão de beleza. **Revista Estética em Movimento**, v. 2, n. 1, 2023.

SILVA, M. C. A relação entre redes sociais e autoestima. *Revista Ibero-Americana de Humanidades*, **Ciências e Educação**, [S. l.], v. 7, n. 4, p. 417-439, 2021.

SILVEIRA, L. P.; NASCIMENTO, R. Reflexão da beleza e estética dos tempos remotos aos hipermodernos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 6, p. 1706-1719, 2022.