

A RELAÇÃO DA ESTÉTICA COM A AUTOESTIMA DA MULHER: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Leticia Bitencourt Gomes Fontes¹
Cristiane Metzker Santana de Oliveira²
Fabia Julliana Jorge de Souza³

RESUMO: Este estudo objetivou investigar a relação entre estética e autoestima feminina por meio de uma revisão integrativa da literatura. A pesquisa foi conduzida em bases de dados como SciELO, PubMed e LILACS, abrangendo publicações entre 2008 e 2024. Os resultados demonstram que cuidados estéticos, especialmente procedimentos minimamente invasivos como a aplicação de toxina botulínica e ácido hialurônico, contribuem para a valorização pessoal, a satisfação com a imagem corporal e o bem-estar psicológico das mulheres. Por outro lado, estudos alertam que a busca por padrões estéticos idealizados pode provocar riscos físicos e impactos negativos na saúde mental, incluindo ansiedade, insatisfação e tendência à realização compulsiva de intervenções. Conclui-se que a estética desempenha papel relevante na construção da autoestima feminina, devendo ser interpretada de forma crítica, equilibrada e alinhada à promoção da saúde integral.

Palavra-chave: Procedimentos minimamente invasivos. Ácido hialurônico. Tóxina botulínica. Qualidade de vida. Bem-estar psicológico.

4809

ABSTRACT: This study aimed to investigate the relationship between aesthetics and female self-esteem through an integrative literature review. The research was conducted using databases such as SciELO, PubMed, and LILACS, covering publications from 2008 to 2024. The findings demonstrate that aesthetic care, particularly minimally invasive procedures such as botulinum toxin and hyaluronic acid applications, contribute to personal enhancement, body image satisfaction, and women's psychological well-being. On the other hand, studies warn that the pursuit of idealized beauty standards may pose physical risks and negatively affect mental health, including anxiety, dissatisfaction, and a tendency toward compulsive interventions. It is concluded that aesthetics play a significant role in shaping female self-esteem and should be approached critically, with balance, and in alignment with the promotion of holistic health.

Keywords: Minimally invasive procedures. Hyaluronic acid. Botulinum toxin. Quality of life. Psychological well-being.

¹ Discente do curso de Biomedicina, Unifacs.

² Orientadora do curso de Biomedicina, Unifacs. Doutoranda em ciências Farmacêuticas Ufba. Mestrado em ciências Farmacêuticas UFBa. Farmacêutica UFBa.

³ Coorientadora do curso de Biomedicina, Unifacs. Universidade Federal do Rio Grande do.

RESUMEN: Este estudio tuvo como objetivo investigar la relación entre la estética y la autoestima femenina mediante una revisión integrativa de la literatura. La investigación se realizó en bases de datos como SciELO, PubMed y LILACS, abarcando publicaciones entre 2008 y 2024. Los resultados demuestran que los cuidados estéticos, en especial los procedimientos mínimamente invasivos como la aplicación de toxina botulínica y ácido hialurónico, contribuyen a la valorización personal, la satisfacción con la imagen corporal y el bienestar psicológico de las mujeres. Por otro lado, diversos estudios advierten que la búsqueda de estándares de belleza idealizados puede implicar riesgos físicos e impactos negativos en la salud mental, como ansiedad, insatisfacción y una tendencia a realizar intervenciones de manera compulsiva. Se concluye que la estética desempeña un papel relevante en la construcción de la autoestima femenina, y debe ser interpretada de forma crítica, equilibrada y en consonancia con la promoción de la salud integral.

Palabras clave: Procedimientos mínimamente invasivos. Ácido hialurônico. Toxina botulínica. Calidad de vida. Bienestar psicológico

INTRODUÇÃO

No final do século XX, o *homo estheticus* passou a representar o indivíduo preocupado com a própria aparência, resultando em uma cultura mais individualista e voltada à valorização estética. No Brasil, essa cultura se manifesta através da vaidade, contribuindo na crescente procura de procedimentos minimamente invasivos, como botox e preenchimentos. Esses procedimentos proporcionam aos indivíduos maior autovalorização e qualidade de vida, evidenciando a conexão histórica entre estética e autoestima. (Strehlau, Claro & Laban Neto, 2015). A autoestima, por sua vez, é entendida como a avaliação que o indivíduo faz de si mesmo e está diretamente ligada ao bem-estar psicológico (Freire; Tavares; 2011).

Paixão e Lopes (2014) apontam que o padrão estético “ideal”, muitas vezes reforçado pela mídia, coloca-se avesso à feiura, que hoje é ligada a obesidade e envelhecimento e contribuem com a ideia de que a juventude deve ser preservada a qualquer custo, afetando diretamente a autoestima das mulheres em formação. Os padrões midiáticos de perfeição chegam nas mulheres idosas também, que investem cada vez mais em cuidados estéticos, para se sentirem bem, com autoestima, confiança e liberdade. (Mello; Scortegagna & Pichler, 2020)

Nesse cenário, a insatisfação corporal emerge como um dos principais determinantes da procura por intervenções estéticas. Em investigação com universitários, Brugiolo et al. (2021) constataram que, embora a maioria apresentasse baixo grau de insatisfação, parcela significativa demonstrou elevada preocupação com a forma física. Esses achados sugerem a necessidade de ações educativas que problematizem a idealização da imagem corporal e previnam repercussões adversas à saúde física e mental. Assim, evidencia-se que a insatisfação corporal pode

intensificar sentimentos de inadequação em contextos sociais que atribuem alto valor à aparência, consolidando a estética como elemento central da identidade e do bem-estar subjetivo.

Por outro lado, a crescente medicalização da beleza traz também riscos relevantes. Scherer et al. (2017) destacam a relação entre a demanda por procedimentos estéticos e a presença de transtornos psiquiátricos, como ansiedade, depressão e transtorno dismórfico corporal, ressaltando a importância do diagnóstico precoce desses quadros. Dessa maneira, embora a estética seja frequentemente descrita como promotora de autoestima e qualidade de vida, pode igualmente configurar-se como fator de vulnerabilidade emocional quando sustentada por expectativas irreais de perfeição física.

Além dessas questões psicossociais, investigações epidemiológicas têm demonstrado que a adesão a procedimentos estéticos é expressiva. De acordo com Rozendo, Bousfield e Giacomozi (2022), as práticas mais prevalentes são a aplicação de toxina botulínica (48,2%) e de ácido hialurônico (29,5%), com maior adesão entre mulheres de 34 a 50 anos. Tais procedimentos, além de modificarem a aparência, estão associados ao aumento da autopercepção positiva, da valorização pessoal e da autoconfiança, corroborando sua relação com bem-estar e qualidade de vida (Duridan; Santos; Gatti, 2014).

4811

Diante dessas evidências, comprehende-se que a estética desempenha papel multifacetado na vida das mulheres, atuando tanto como promotora de autoestima quanto como potencial fator de risco para vulnerabilidades emocionais. Nesse sentido, investigar a relação entre estética, autoestima e bem-estar revela-se fundamental para compreender de que modo as escolhas estéticas influenciam a identidade, a saúde emocional e o pertencimento social ao longo do ciclo vital feminino.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Este estudo tem como objetivo discutir, com base na literatura científica, a relação entre estética e autoestima feminina, destacando de que forma os procedimentos estéticos têm sido descritos como influenciadores da autopercepção, do bem-estar psicológico e da qualidade de vida das mulheres.

Objetivos específicos

Apresentar conceitos e definições de autoestima e estética à luz da literatura científica.

Descrever a influência dos padrões estéticos, especialmente os difundidos pela mídia, na construção da autoestima feminina.

Reunir evidências sobre os principais procedimentos estéticos realizados por mulheres e suas implicações psicossociais.

Discutir a relação entre intervenções estéticas e o bem-estar psicológico das mulheres em diferentes fases da vida.

METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza como uma revisão de literatura de caráter integrativo. A busca foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed e LILACS, contemplando publicações no período de 2008 a 2024. No levantamento inicial, foram identificados 30 artigos, sendo 10 na SciELO, 15 no LILACS e 5 no PubMed. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 10 estudos que compuseram a amostra final desta revisão (quadro 1). Os descritores utilizados foram: “procedimentos minimamente invasivos”, “ácido hialurônico”, “toxina botulínica”, “qualidade de vida” e “bem-estar psicológico”. Foram incluídos artigos que abordavam a relação entre a estética e a autoestima da mulher, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol. Excluíram-se artigos duplicados e aqueles que não contemplavam o tema proposto. 4812

Quadro 1: Síntese dos estudos selecionados

Autor(es)	Ano	Tema do estudo	Objetivos específicos
Freire & Tavares	2011	Influência da autoestima, regulação emocional e gênero no bem-estar de adolescentes	Investigar a relação da autoestima como influência no bem-estar feminino
Paixão & Lopes	2014	Alterações corporais como fenômeno estético e identitário entre universitárias	Analizar a estética como instrumento de satisfação pessoal e os efeitos dos procedimentos minimamente invasivos na autoestima e qualidade de vida
Duridan, Santos & Gatti	2014	Autoestima e cuidados pessoais em mulheres de 60 a 75 anos	Investigar a relação da autoestima como influência no bem-estar feminino
StrehlaU	2015	A vaidade impulsiona o consumo de cosméticos e procedimentos estéticos em mulheres	Analizar a estética como instrumento de satisfação pessoal e os efeitos dos procedimentos minimamente invasivos na autoestima e qualidade de vida
Scherer et al.	2017	Transtornos psiquiátricos na medicina estética	Compreender os impactos psicológicos da autoestima nas mulheres
Zagui, Matayoshi & Moura	2008	Efeitos adversos da toxina botulínica na face	Analizar a estética como instrumento de satisfação pessoal e os efeitos dos procedimentos minimamente invasivos na autoestima e qualidade de vida

Mello et al.	2020	Cuidados e o impacto da aparência estética na percepção social de idosas	Compreender os impactos psicológicos da autoestima nas mulheres
Brugiolo et al.	2021	Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em universitários	Compreender os impactos psicológicos da autoestima nas mulheres
Rozendo, Bousfield & Giacomozi	2022	Difusão e propaganda sobre antienvelhecimento na mídia	Compreender os impactos psicológicos da autoestima nas mulheres
Spezzia	2023	Harmonização facial e preenchimento labial com ácido hialurônico	Analizar a estética como instrumento de satisfação pessoal e os efeitos dos procedimentos minimamente invasivos na autoestima e qualidade de vida

DESENVOLVIMENTO

A literatura demonstra que níveis elevados de autoestima estão associados a maior satisfação com a vida e ao fortalecimento da saúde mental, enquanto níveis reduzidos podem favorecer a ocorrência de transtornos como ansiedade e depressão. Nesse sentido, o cuidado estético frequentemente é apontado como uma estratégia utilizada pelas mulheres para reforçar a autoconfiança e melhorar a percepção de si (Freire & Tavares, 2011).

Em idades mais avançadas, as práticas de autocuidado continuam desempenhando papel importante na percepção de qualidade de vida. Duridan, Santos e Gatti (2014) verificaram que mulheres idosas que mantêm hábitos de cuidado pessoal relatam maior autoestima, percepção positiva da própria vida e maior bem-estar. De modo semelhante, Mello et al. (2020) identificaram que, para as idosas, os cuidados estéticos estão relacionados ao desejo de reconhecimento social e à preservação da identidade, permitindo que enfrentem de forma mais positiva os impactos do envelhecimento.

4813

No entanto, a literatura também evidencia que as transformações corporais assumem papel central na construção identitária de mulheres jovens, especialmente no ambiente universitário, em que a aparência é associada à expressão pessoal e ao pertencimento social. Paixão e Lopes (2014) relatam que as alterações estéticas não se configuram apenas como práticas de cuidado, mas constituem fenômenos identitários, nos quais o corpo se torna meio de afirmação e reconhecimento. Complementando essa perspectiva, Brugiolo et al. (2021) observaram que, embora a prevalência de insatisfação corporal entre universitários não seja elevada, a busca por aceitação e comparação social permanece significativa, indicando que a estética é vivenciada de forma distinta ao longo do ciclo vital, mas invariavelmente relacionada ao bem-estar emocional.

Adicionalmente, outro aspecto a ser considerado refere-se ao papel da vaidade e do consumo estético. Strehlau (2015) aponta que investir na aparência não se restringe ao atendimento de padrões sociais, mas também representa uma forma de reforçar identidade e autonomia. Assim, embora a sociedade de consumo e a indústria da beleza exerçam forte influência na percepção da autoimagem, observa-se que tais práticas podem, simultaneamente, funcionar como instrumentos de conformidade e de afirmação da autonomia individual.

Em paralelo, a mídia exerce papel catalisador nesse processo. Rozendo, Bousfield e Giacomozzi (2022) demonstram que propagandas anti-envelhecimento exploram medos relacionados ao tempo, associando juventude, beleza e sucesso à ideia de felicidade e realização. Tal movimento, ao mesmo tempo em que promove o consumo, intensifica sentimentos de inadequação entre mulheres que não se enquadram nesses padrões, reforçando a estética como uma imposição cultural naturalizada. Entre os procedimentos mais procurados, destacam-se os minimamente invasivos. Spezzia (2023) descreve que a harmonização facial e o preenchimento com ácido hialurônico contribuem para uma estética considerada agradável, promovendo aumento da satisfação pessoal. Entretanto, essas práticas também reforçam a dependência estética e a busca constante por novas intervenções. Além disso, Zagui, Matayoshi e Moura (2008) relatam que a toxina botulínica pode gerar efeitos adversos que variam de reações locais leves, como edema e dor, até complicações mais graves, exigindo acompanhamento médico. Assim, embora os procedimentos minimamente invasivos estejam associados à melhoria da autoestima e da qualidade de vida, eles também podem resultar em riscos físicos e frustrações psicológicas.

Ainda nesse contexto, Scherer et al. (2017) enfatizam a necessidade de identificar sinais de transtornos psiquiátricos relacionados à busca pela perfeição estética, uma vez que muitas mulheres apresentam sofrimento psicológico vinculado à insatisfação com a aparência. Essa condição pode evoluir para compulsão por procedimentos, caracterizando a estética como um risco quando associada a vulnerabilidades emocionais. Nesse cenário, a literatura recomenda que protocolos de prática estética incluam avaliação psicológica e acompanhamento clínico, a fim de prevenir medicalização excessiva do corpo e agravamento de quadros como ansiedade e transtorno dismórfico corporal.

Dessa forma, a estética apresenta-se como um fenômeno ambíguo em que contribui para o fortalecimento da autoconfiança e da valorização pessoal, mas pode gerar frustrações, riscos físicos e transtornos emocionais. Sua influência varia de acordo com a faixa etária, com a intensidade das pressões sociais e com a forma como cada mulher vivencia sua autoimagem.

Além disso, trata-se de um campo no qual fatores culturais, psicológicos e sociais se interligam, refletindo valores individuais e coletivos, expectativas de gênero e normas de beleza disseminadas pela mídia e pelo mercado. Essa complexidade evidencia que a relação com a aparência ultrapassa a dimensão estética, configurando-se como elemento central da identidade feminina e da experiência do bem-estar subjetivo, ao mesmo tempo em que exige análise crítica para evitar que a busca por perfeição se converta em fonte de sofrimento.

CONCLUSÃO

Este estudo revelou que a estética exerce influência significativa na autoestima feminina, atuando como um recurso de valorização pessoal, fortalecimento da autoconfiança e promoção do bem-estar subjetivo. Os procedimentos minimamente invasivos, como aplicação da toxina botulínica e o preenchimento com ácido hialurônico, mostraram-se associados à melhoria da autoimagem e da qualidade de vida. Entretanto, a literatura também aponta que a busca excessiva por padrões de beleza idealizados pode gerar efeitos adversos, incluindo insatisfação corporal, ansiedade e compulsão por intervenções estéticas. Diante disso, torna-se necessário adotar uma perspectiva crítica e equilibrada sobre a relação entre estética e autoestima, valorizando não apenas os aspectos físicos, mas também a saúde emocional e a integralidade do bem-estar da mulher. Além disso, recomenda-se o desenvolvimento de novos estudos que aprofundem a compreensão dos impactos psicossociais da estética em diferentes fases da vida feminina, bem como a implementação de estratégias educativas que promovam escolhas conscientes e reduzam vulnerabilidades associadas ao ideal estético. 4815

REFERÊNCIAS

BRUGIOLO, A. S. S. et al. Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em estudantes universitários. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 28, n. 4, p. 449–454, out. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-2950/21008128042021>.

DURIDAN, Aparecida; SANTOS, Daiane Ferreira dos; GATTI, Ana Lucia. Autoestima e cuidados pessoais em mulheres de 60 a 75 anos. *Aletheia*, n. 43-44, p. 13-24, ago. 2014. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942014000100013.

FREIRE, T.; TAVARES, D. Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. *Archives of Clinical Psychiatry* (São Paulo), v. 38, n. 5, p. 184–188, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000500003>.

MELLO, M. et al. Cuidados e o impacto da aparência estética na percepção social de um grupo de mulheres idosas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2,

2020.

Disponível

em:

<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/YXcRSYSHgpfvryt7nPyZMHD/?lang=pt>.

PAIXÃO, Jairo Antônio da; LOPES, Maria de Fátima. Alterações corporais como fenômeno estético e identitário entre universitárias. *Saúde em Debate*, v. 38, n. 101, p. 124-133, abr./jun. 2014.

Disponível

em:

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/pnjFN34DX6TLdWXVWLnFy6N/?lang=pt#>.

ROZENDO, A. da S.; BOUSFIELD, A. B. da S.; GIACOMOZZI, A. I. Difusão e propaganda sobre antienvelhecimento na mídia brasileira: um estudo de representações sociais. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, v. 42, p. 1-13, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/hJPDhbjkw5kYcfTgNcddLdx/?lang=pt>.

SCHERER, J. N. et al. Transtornos psiquiátricos na medicina estética: a importância do reconhecimento de sinais e sintomas. *Revista Brasileira de Cirurgia Plástica*, v. 32, n. 4, p. 586-593, out. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcp/a/bPc3vmyWz86qKKYgcsYtTRJ/?lang=pt>.

SPEZZIA, Sérgio. Harmonização facial com o emprego do preenchimento labial com ácido hialurônico. *International Journal of Science Dentistry*, v. 2, n. 61, [s.p.], maio/ago. 2023. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2024/08/1562516/53162-texto-do-artigo-198982-1-10-20221215.pdf>.

STREHLAU, Vivian Iara. A vaidade impulsiona o consumo de cosméticos e de procedimentos estéticos cirúrgicos nas mulheres? Uma investigação exploratória. *Revista de Administração* 4816 (São Paulo), v. 50, n. 1, p. 65-76, jan./mar. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rausp/a/6JMHxTWyyeNWYPXKcFtRYwv/?lang=pt#>.

ZAGUI, R. M. B.; MATAYOSHI, S.; MOURA, F. C. Efeitos adversos associados à aplicação de toxina botulínica na face: revisão sistemática com meta-análise. *Arquivos Brasileiros de Oftalmologia*, [s.l.], v. 71, n. 6, p. 894-901, nov.-dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abo/a/WrXYQrNLhQ7SRB7Hg894mPF/?lang=pt>.