

A IMPORTÂNCIA DA ESTÉTICA INTEGRATIVA NO TRATAMENTO DE DISTÚRBIOS EMOCIONAIS E DERMATOLÓGICOS

Karina Nunes Regino¹, Josne Carla Paterno².

^{1,2}Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil,
karina.nunes@gmail.com¹, professorajosne@hotmail.com²

Resumo

O presente artigo tem como objetivo investigar a importância da estética integrativa no tratamento de distúrbios emocionais e dermatológicos, por meio de uma revisão de literatura atualizada e análise crítica das práticas utilizadas. O primeiro órgão de contato com o mundo externo é a pele, e as pesquisas revelam que altos níveis de estresse, ansiedade e depressão contribui para doenças psicodermatológicas, diante disso a estética integrativa visa à promoção da beleza de dentro para fora, tratando não somente a aparência física, bem como o bem-estar fisiológico, comportamental e afetiva. Sendo assim, a estética integrativa praticada na dermatologia busca ampliar a visão do paciente de como os fatores, não somente os físicos, mas também os emocionais e psíquicos interferem na saúde de sua pele.

Palavras-chave: Estética Integrativa. Distúrbios Emocionais. Dermatologia.

Área do Conhecimento: Saúde, Estética e Estética Avançada

Introdução

A busca contínua por abordagens terapêuticas que integrem corpo e mente vem se expandindo no campo de atuação das práticas de estética integrativa. Diferente da estética tradicional, essa abordagem contempla o indivíduo de forma integral, atuando não apenas sobre aspectos físicos, mas também emocionais, envolvendo uma relação entre saúde mental e manifestações dermatológicas.

Existem vários indícios que apontam a ansiedade, a depressão e o estresse estarem fortemente associados ao surgimento e agravamento de doenças de pele, como acne, dermatite atópica, psoríase e vitiligo, reforçando a necessidade de intervenções que tratem simultaneamente os fatores emocionais e cutâneos. De acordo com Ribeiro *et al.* (2025, p. 2202), “essa inter-relação destaca necessidade de abordagens terapêuticas integradas, que considerem tanto os aspectos psicológicos quanto os dermatológicos do cuidado”.

Dermatologia integrativa não é um termo novo, surgiu em 1970 nos Estados Unidos, e vem conquistando os profissionais de estética partindo “do pressuposto que determinadas doenças da pele decorrem de fatores emocionais ou são agravadas por elas” (Benvenuto, 2015). A pele é o órgão que inicia a comunicação e o contato com o mundo externo, estabelecendo essa proximidade do Eu. O homem, entretanto, é um ser psicossomático, assim sendo, a pele e a mente são “dimensões distintas de um único organismo, toda doença é psicossomática e ao que se refere às doenças dermatológicas não é diferente (Botelho; Santos; Faria, 2020).

A literatura científica tem demonstrado que técnicas como aromaterapia, cromoterapia, massagens terapêuticas, entre outras práticas estéticas integrativas, podem atuar na regulação do eixo neuroendócrino-imunológico, promovendo melhora no bem-estar geral e, conseqüentemente, nos sintomas dermatológicos. Além disso, o fortalecimento da autoestima proporcionado por essas intervenções contribui significativamente para a adesão ao tratamento e para a recuperação emocional de indivíduos acometidos por distúrbios psicodermatológicos. Tais achados justificam o interesse na investigação de métodos mais eficazes e humanizados de cuidado.

Diante desse cenário, este trabalho tem como objetivo principal investigar a importância da estética integrativa no tratamento de distúrbios emocionais e dermatológicos e fazer uma análise crítica das práticas utilizadas.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória que visa reunir, analisar e discutir dados provenientes de fontes científicas que abordam a estética integrativa como estratégia terapêutica complementar no tratamento de distúrbios emocionais e dermatológicos. Nesse contexto, “a pesquisa qualitativa representa um avanço significativo no campo de estudos em ciências humanas. As pesquisas exploratórias proporcionam uma visão geral e aproximada de determinado acontecimento” (Gil, 2017, p. 43).

A pesquisa foi realizada durante o mês de junho de 2025, em artigos e periódicos selecionados nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (Medline/PubMed), publicados entre os anos 2020 a 2025. No primeiro momento foram encontrados 18 publicações, dentre as quais, foram selecionadas 5 (cinco) publicações para compor essa revisão, todas literaturas brasileiras. O critério de inclusão foi publicações que abordassem intervenções de estética integrativa associadas a benefícios clínicos em quadros emocionais e/ou dermatológicos, e a exclusão foram pesquisas duplicadas e indisponíveis no texto completo. Os estudos selecionados estão apresentados no Quadro 1 abaixo.

Resultados

A seleção das publicações está representada no quadro pelo nome do autor, ano de publicação, objetivo do estudo, o método utilizado e os resultados encontrados.

Quadro 1: Artigos levantados (n=5)

Autor/Ano	Objetivo	Método	Resultados
Ribeiro et al. (2025)	Revisar as evidências sobre os mecanismos fisiopatológicos e as manifestações dermatológicas associadas à ansiedade.	Revisão Integrativa de Literatura	Os resultados apontaram que a ansiedade pode desencadear ou agravar diversas condições dermatológicas, sendo essencial uma abordagem multidisciplinar no tratamento.
Marques; Cruz; Wastowski (2024)	Analisar as novas tendências e a real eficácia das práticas integrativas e complementares na área da estética.	Revisão Integrativa de Literatura	Os estudos analisados destacaram benefícios promissores das práticas integrativas e complementares, como acupuntura, ventosaterapia e Reiki, no tratamento de rugas e rejuvenescimento, proporcionando benefícios físicos e emocionais.
Souza et al. (2024)	Revisar a literatura sobre a influência mútua entre a dermatite atópica e a saúde mental, explorando os mecanismos envolvidos nessa relação bidirecional e destacando a importância de abordagens terapêuticas integradas.	Revisão Integrativa	Foi encontrada uma elevada prevalência de transtornos como ansiedade e depressão em indivíduos com dermatite atópica. Intervenções psicossociais, como mindfulness e terapia cognitivo-comportamental, demonstraram eficácia na redução dos sintomas

Cagnassi et al.
(2023)

Ressaltar os tratamentos
estéticos associados a
práticas integrativas.

Revisão de
Literatura

dermatológicos e emocionais. A estética integrativa tem o potencial de contribuir para a saúde global das pessoas, melhorando sua qualidade de vida e autoestima, em resumo, a pele desempenha um papel vital na proteção e equilíbrio do organismo humano, e seus cuidados incluindo a limpeza da pele e o uso de PICs, podem ser fundamentais para manter a saúde e o bem-estar geral.

Oliveira et al.
2023

Investigar uma técnica milenar com uma abordagem terapêutica que vem sendo utilizada em salões e clínicas de estética para tratamentos capilares: Aromaterapia.

Revisão de
Literatura

Evidenciou o uso da aromaterapia que evidenciam as propriedades existentes dos óleos essenciais possuem efeito bactericida, bacteriostático, fungicida, antiinflamatório, analgésico, citofilático, calmante e sedativo. Sendo assim, conclui-se que a Aromaterapia é uma técnica milenar, e vem sendo utilizada como tratamento da dermatite seborreica com abordagem terapêutica integrativa.

Fonte: elaborado pelo próprio autor.

Discussão

No ano de 1946 ficou estabelecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) a definição de saúde “O estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”; evidenciando a importância de garantia de bem-estar em todos os aspectos da vida do indivíduo, incluindo a estética. Castro; Santos; Machado (2023, p. 4), argumentam que: “as complicações psicológicas subsequentes a intervenções estéticas podem variar, contudo, é importante observar que alguns pacientes podem enfrentar desafios após o procedimento, tais como quadros de depressão, ansiedade e descontentamento com os resultados obtidos. Alguns pacientes que já apresentam transtornos psicológicos pré-existent, podem estar em maior vulnerabilidade a desfechos adversos pós-tratamentos estéticos”.

Para as autoras muitas pessoas estão explorando os diversos procedimentos estéticos, na melhoria de bem-estar, correção de preocupações estéticas. Isso requer dos profissionais, conhecer as técnicas, informações sobre tratamentos e terapias integrativas que garantam aos indivíduos o bem-estar físico e mental. É preciso enfatizar a importância do profissional em estética reter conhecimento de melhores práticas e diretrizes que garantam procedimentos de alta qualidade e segurança. Profissionais com qualificação na promoção da saúde estética precisam possuir conhecimento atualizado, rigor ético e competência técnica em relação à saúde dos pacientes.

As práticas integrativas vêm ganhando visibilidade na área da estética, diante as gradativas demandas por abordagens mais naturais, um cuidado mais humanizado na saúde. As estética integrativa vem tendo cada vez mais reconhecimento por complementar tratamentos tradicionais,

oferecendo uma vivência que vai além do cuidado físico, envolvendo também o emocional (Marques; Cruz; Wastowski, 2024).

No estudo de Ribeiro *et al.* (2025), buscou-se compreender os mecanismos fisiopatológicos e as manifestações clínicas causados pela ansiedade na saúde da pele. De acordo com os autores a ansiedade tem um impacto multifacetado no organismo, e suas repercussões na pele são complexas e variadas. Dermatologicamente falando a ansiedade pode causar: acne, psoríase, eczema e urticária. Uma condição mais comum entre os indivíduos altamente estressados e ansiosos é a acne, pois aumentam a atividade das glândulas sebáceas, causando a obstrução dos poros e a inflamação. Outra condição que pode agravada pela ansiedade e o estresse emocional é a psoríase. Como se observa nesse estudo a ansiedade e o estresse desencadeiam diversas condições dermatológicas.

Descrevendo o estudo de Marques; Cruz e Wastowski (2024), tiveram como objetivo analisar as novas tendências e aplicações das práticas integrativas e complementares utilizando a revisão integrativa de literatura. O resultado encontrado foi de que as práticas integrativas e complementares estão se destacando e ganhando visibilidade na área da estética, sobre nas intervenções integrativas na promoção de qualidade de vida dos indivíduos participantes do estudo. No levantamento, técnicas como acupuntura estética, ventosaterapia, incorporação de fios, Reiki e o uso de produtos naturais foram aplicados resultando em benefícios consideráveis, tanto na eficácia nos tratamentos estéticos quando na qualidade de vida. O uso de práticas integrativas na estética evidenciam uma visão holística do cuidado com a saúde física, emocional e energética, e o resultado é o bem-estar dos pacientes.

Estudo de Souza *et al.* (2024), descrevem que dermatite atópica, uma doença inflamatória crônica está associada a elevada prevalência de transtornos como ansiedade e depressão. Os autores consideram que uma combinação de tratamentos dermatológicos associados com Intervenções psicossociais, como mindfulness e terapia cognitivo-comportamental, demonstraram eficácia na redução dos sintomas dermatológicos e emocionais, reforçando a relevância de abordagens integrativas.

No estudo de Cagnassi *et al.* (2023), descrevem que a manutenção adequada da pele desempenha um papel fundamental na garantia de suas funções protetoras, imunológicas e sensoriais. Para as autoras, um dos problemas mais comum da pele é a acne, que varia em gravidade e requer cuidados específicos. O profissional de estética pode oferecer algumas orientações úteis aos clientes para prevenir complicações relacionadas à acne, é importante ressaltar que o cliente não deve manipular lesões, como “espremendo”, evitando riscos de infecção, inflamação ou cicatrizes. Entre outros tratamentos, está incluso as práticas integrativas e complementares, beneficiando e reduzindo o uso de medicamentos, buscando os benefícios forma natural e holístico, sendo: aromaterapia, cromoterapia, homeopatia, acupuntura. O tratamento recomendável com um profissional esteticista são casos de acne grau I e II.

No estudo de Oliveira *et al.* (2023), investigaram o uso da aromaterapia no tratamento capilar dermatite seborreica. As análises realizadas pelas autoras referem-se a eficácia da aromaterapia por meio de óleos essenciais, com efeitos antissépticos, cicatrizantes, anti-infecciosa e estimulante. Foram usadas ervas aromáticas como alecrim, lavanda e sálvia, e plantas aromáticas bergamota e o patchouli, com propriedades que possuem efeito bactericida, bacteriostático, fungicida, anti-inflamatório, analgésico, citofilático e efeito calmante e sedativo.

Os autores levantados descrevem sobre a relação entre emoções e o aparecimento de afecções dermatológicas. É recente a atenção por parte dos esteticistas para relação corpo e psique, em especial pela junção de estressores psicossociais em pacientes que possuem algum tipo de afecção dermatológica. As autoras consideram importante estudar a relação dos distúrbios emocionais com doenças dermatológicas, acreditando que mente e corpo são indissociáveis, e intensificam os estudos sobre terapias integrativas. Nos estudos levantados, nem sempre os autores rotulam o tema como dermatologia integrativa, mas fazem uso de abordagens nos tratamentos de aspectos emocionais relacionados com doenças cutâneas que apresentam fatores psicológicos em seu desencadeamento.

As práticas integrativas na estética contribuem para o bem-estar, porém há lacunas significativas, em especial ao que diz respeito à segurança de algumas intervenções e à necessidade de um pouco mais de rigor metodológico, com controle adequado e acompanhamento em longo prazo. Os autores falam das massagens corporais e faciais, utilizando óleos e cremes para auxiliar no deslizamento das

mãos, possuem uma ação curativa e sua importância no sistema imunológico melhora a qualidade de vida do paciente.

Marques; Cruz e Wastwski (2024) apontam práticas integrativas como acupuntura estética, ventosaterapia, incorporação de fios, Reiki e o uso de produtos naturais como técnicas com benefícios significativos, tratamentos menos invasivos que aliam eficácia a promoção do equilíbrio do estresse do paciente. Os autores explicam que a terapia integrativa apresentado neste estudo trouxe melhora significativa nos escores de gravidade da dermatite atópica e a diminuição dos níveis de ansiedade e depressão. Combinar imunomoduladores com abordagem holística trouxe melhoria nos sintomas físicos, mas também promoveu bem-estar na saúde mental do paciente.

Outro estudo realizado com manifestações dermatológicas como dermatite atópica, psoríase e urticária, correlacionadas com a ansiedade foi de Ribeiro *et al.*, (2025): “a ansiedade tem um impacto multifacetado no organismo, e suas repercussões na pele são complexas e variadas. A liberação de hormônios do estresse, especialmente o cortisol, desempenha um papel central nas respostas inflamatórias da pele. Estudos demonstraram que níveis elevados de cortisol podem levar a uma disfunção da barreira cutânea, aumentando a permeabilidade da pele e promovendo a perda de água transepidermica. Isso pode resultar em condições como dermatite atópica e eczema, onde a pele se torna inflamada e irritada, contribuindo para um ciclo vicioso de estresse e exacerbação da condição (Ribeiro *et al.*, 2025, p. 2206).

As intervenções farmacológicas são eficientes na redução da inflamação, promovendo restauração da barreira cutânea e regeneração tecidual. Porém, intervenções com terapias integrativas como a prática de mindfulness, terapia cognitivo-corpamental, além de exercícios físicos regulares e massagem delicada associadas anti-inflamatórios, reduzem a reatividade e a entoação da inflamação cutânea. Oferecer uma terapia integrativa com abordagem holística reduzem o estresse e promove o bem-estar psicológico, beneficiando uma melhora na qualidade de vida do paciente. Os estudos apresentados demonstraram que dermatologia integrativa trata o paciente não apenas a doença que o paciente apresenta, mas o trata como um todo, corpo, mente e espírito. A doença e seu tratamento depende do profissional com seu entendimento e conhecimento e do paciente com sua aceitação do tratamento.

Conclusão

Cada vez mais a literatura científica reconhece e estuda a relação entre saúde emocional e a saúde da pele com enfoque terapias integrativas. Neurologicamente falando, ansiedade, estresse, tristeza estimulam diferentes áreas cerebrais, e cientificamente é mostrado a desativação de certas áreas no decorrer dessas emoções, apontando uma complexa rede neural oculta nos sentimentos. O estresse, a ansiedade são resultados fisiológicos no ser humano, determina adaptação e sobrevivência, enfrentamento de desafios e ameaças. No entanto, o ser humano é limitado para adaptações e ultrapassá-lo a consequência é uma exaustão e comprometimento da saúde.

A dermatologia é ramo da medicina que se concentra na análise e no cuidado da pele, considerado o maior órgão do corpo humano. A pele desempenha papéis essenciais como proteção, percepção, sensoria, controle de temperatura, e eliminação de resíduos. Além disso, a pele se manifesta de forma afetiva por meio de reações como vermelhidão, palidez, sudorese. A relação entre saúde dermatológica e emoções é via de mão dupla, ou seja, condições da pele pode ser influenciada pelo estado emocional e vice-versa. Doenças dermatológicas tem um efeito significativo na qualidade de vida dos indivíduos.

Na estética integrativa o indivíduo é considerado como um todo e sua abordagem metodológica é para o cuidado profissional. No que diz a respeito de doenças dermatológicas, como demonstrado na literatura, é fundamental seu conhecimento para o diagnóstico e o tratamento da doença, não somente os visíveis, como também aos que não perceptíveis aos olhos. O tratamento é preciso ser de forma integral, tratar os distúrbios emocionais como também os dermatológicos, contribuindo para um tratamento integrativo mais completo.

Diante dos estudos levantados ficou claro a existência de doenças dermatológicas causadas por distúrbios emocionais, e o esteticista não podem pensar em tratamento individualizado, mas em usar de terapias integrativas que trabalhem a mente, o espírito e o corpo do indivíduo. É preciso que haja novas pesquisas que explorem essa inter-relação, de modo a fazer uma avaliação na eficácia das intervenções integrativas terapêuticas estabelecidas. É preciso promover uma conscientização entre



os profissionais de estética que existe influência entre os distúrbios emocionais e as doenças dermatológicas nos indivíduos, para que contribuam na construção de terapias integrativas mais adaptadas e eficazes no tratamento.

Referências

- BENVENUTO, C. Dermatologia integrativa: um olhar integral ao paciente. **Oncoguia**, 2015. Disponível em: <https://www.oncoguia.org.br/painel-politicas-publicas/entrevista-dermatologia-integrativa-um-olhar-integral-ao-paciente/>. Acesso em: 25 jun. 2025.
- BOTELHO, A. C. S.; SANTOS, A. A.; FARIA, A. C. Psique e pele: a relação entre emoções e o aparecimento de afecções dermatológicas. **Revista Científica Faculdade Atenas**, Paracatu/MG, v. 12, n. 4, 2020. Disponível em: https://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/magazines/PSIQUE_E_PELE__a_relacao_entre_emocoes_e_o_aparecimento_de_afeccoes_dermatologicas.pdf. Acesso em: 25 jun. 2025.
- CAGNASSI, T.; SILVA, L. S.; SILVA, L. R.; SILVA, T. B. F. Tratamentos estéticos associados com práticas integrativas – revisão de literatura. **Revista Saúde em Foco**, edição 15, 2023. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2023/10/TRATAMENTOS-EST%C3%89TICOS-ASSOCIADOS-COM-PR%C3%81TICAS-INTEGRATIVAS-REVIS%C3%83O-DE-LITERATURA-p%C3%A1g.-887-a-898.pdf>. Acesso em: 25 jun 2025.
- CASTRO, S. D.; SANTOS, A. C. A.; MACHADO, J. M. O papel do profissional da área de estética na saúde: uma revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 14, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/376598127_O_papel_do_profissional_da_area_de_estetica_na_saude_Uma_revisao_narrativa. Acesso em: 12 maio 2025.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª ed. São Paulo: Editora Atlas, 2017.
- MARQUES, M. F. P.; CRUZ, T. F. C.; WASTOWSKI, I. J. As práticas integrativas e complementares na estética contemporânea: uma revisão integrativa das novas tendências. **Revista Brasileira de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**, Curitiba, v. 4, n. 7, p. 82-95, 2024. Disponível em: <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/00628c98-a3cf-4c1c-affa-d17c6f8b9e84/content>. Acesso em: 30 jun 2025.
- OLIVEIRA, A. P. K. M.; SILVA, D. T. S.; SANTOS NETA, M. A.; SILVA, M. L. S. *et al.* Aromaterapia no tratamento da dermatite seborreica no couro cabeludo. 2023. Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Disponível em: <https://www.grupounibra.com/repositorio/ESTET/2023/aromaterapia-no-tratamento-da-dermatite-seborreica-no-couro-cabeludo.pdf>. Acesso em: 25 jun 2025.
- RIBEIRO, G. B.; RÊGO, H. M. A.; CADORE, J. P.; BORGES, J. J. S. *et al.* Impacto da ansiedade persistente na pele: mecanismos fisiopatológicos e manifestações dermatológicas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, p. 2202-2226, 2025. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/5308>. Acesso em: 25 jun. 2025.
- SOUZA, L. H. C.; BRUSTOLIN, R. D.; SACHETTI, T. P.; ALBUQUERQUE, A. C. P. *et al.* A Influência mútua da saúde mental na dermatite atópica: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 12, p. 670-683, 2024. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/386560685_A_Influencia_mutua_da_saude_mental_na_dermatite_atopica_uma_revisao_da_literatura. Acesso em: 12 maio 2025.