

A INFLUÊNCIA DA ESTÉTICA NA AUTOESTIMA: A EVOLUÇÃO DA AUTOIMAGEM PÓS-PROCEDIMENTOS.

Lara de Faria Nardi Marques, Josne Carla Paterno.

Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, biomedicalaranardi@gmail.com, professorajosne@gmail.com

Resumo

O presente artigo tem como objetivo analisar os efeitos dos procedimentos estéticos na autoestima e na percepção da autoimagem de indivíduos no período pós-procedimentos, considerando que o aumento da busca por padrões de beleza socialmente estabelecidos tem se intensificado com as redes sociais, impulsionando pessoas a realizarem procedimentos como forma de adaptação a tais expectativas. Observa-se por meio de estudos que os procedimentos estéticos têm potencial de gerar efeitos positivos na autoestima, desde que acompanhados de expectativas realistas e avaliação psicológica adequada. Por outro lado, quando motivados por fatores externos ou distúrbios da imagem corporal, podem causar danos emocionais e frustrações. Os resultados apresentados destacam a importância do cenário em que os indivíduos constroem uma autoimagem saudável, estimulando a autoaceitação e a valorização de seu corpo. Com base nos estudos analisados conclui-se que o procedimento estético deve ser considerado parte de um processo de autoconhecimento para promover uma autoimagem realista, e não uma solução única para conflitos internos. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica com fundamentação teórica em artigos científicos publicados entre 2004 e 2024 em bases como SciELO, PubMed e Google Acadêmico.

Palavras-chave: Autoestima. Procedimentos estéticos. Autoimagem. Procedimentos corporais.

Área do Conhecimento: Saúde e estética avançada.

Introdução

A busca pela beleza estética e pela aceitação social tem sido uma constante ao longo da história da humanidade, seguindo na tentativa de se adequar aos padrões. No entanto, com o advento das redes sociais e a exposição constante a padrões idealizados de corpo e rosto, a pressão estética tem se intensificado, especialmente entre adolescentes do sexo feminino em processo de formação identitária (Augusto et al., 2017). Nesse contexto, os procedimentos estéticos, tanto cirúrgicos quanto minimamente invasivos, surgem como ferramentas para atender às demandas de transformação corporal, muitas vezes como recurso para melhora da autoestima.

Segundo Pinheiro (2023), a autoestima é um fator essencial para a saúde mental e emocional do indivíduo, influenciando diretamente sua relação com o corpo, suas escolhas sociais e seu bem-estar subjetivo. Assim, compreende-se que a percepção da autoimagem não se limita a questões puramente fisiológicas, mas é atravessada por aspectos culturais, psicológicos e simbólicos (Oliveira; Machado, 2021).

Estudos recentes demonstram que procedimentos estéticos podem ocasionar efeitos positivos significativos na autoestima, desde que o indivíduo possua expectativas realistas quanto aos resultados, e que não haja a presença de transtornos como a dismorfia corporal (Ferrari et al., 2023). Em contrapartida, quando a motivação estética parte de uma insatisfação profunda e crônica com o corpo, sem acompanhamento adequado, os efeitos psicológicos podem ser negativos, podendo acarretar em transtornos, comportamento antissocial e a um ciclo de dependência de modificações corporais (Anjos; Ferreira, 2021).

Diante disso, este trabalho tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão de literatura, os impactos psicológicos decorrente da realização dos procedimentos estéticos na autoestima e na percepção da autoimagem dos pacientes no período pós-procedimentos. A proposta é discutir, de

forma crítica e fundamentada, as possibilidades de melhora do bem-estar, levando em conta os fatores socioculturais que envolvem o processo de construção de imagem corporal. Além disso, também será discutido os limites desses procedimentos na melhora da saúde emocional, trazendo à tona os aspectos que adequam os resultados positivos, ou que contribuem negativamente com as mudanças estéticas.

Metodologia

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão de literatura de natureza qualitativa, cuja abordagem metodológica visa identificar e analisar estudos científicos relevantes que tratam da influência dos procedimentos estéticos na autoestima e na autoimagem de pacientes no período pós-procedimento. A escolha por essa modalidade metodológica se justifica pela necessidade de reunir, interpretar e discutir criticamente o conhecimento acumulado sobre o tema, proporcionando uma visão abrangente e atualizada do fenômeno investigado.

A seleção dos materiais foi realizada por meio de buscas nas bases eletrônicas SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores combinados: "autoestima", "procedimentos estéticos" e "imagem corporal". Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2004 e 2024, que apresentassem discussões teóricas sobre os efeitos de procedimentos estéticos em dimensões psicológicas.

Os critérios de inclusão envolveram: (i) relação direta com autoestima e/ou imagem corporal; (ii) abordagem psicológica qualitativa ou quantitativa; (iii) revisões sistemáticas e estudos longitudinais.

A análise do material ocorreu por meio da leitura exploratória e interpretativa dos textos selecionados, com identificação de categorias temáticas como: motivações para os procedimentos, expectativas e satisfação com o resultado, impacto na autoestima, aspectos psicossociais. Essa análise foi conduzida com base em referenciais teóricos da psicologia social e da psicologia da saúde, buscando relacionar os dados encontrados com compreensões contemporâneas sobre o corpo e a subjetividade.

Resultados

A revisão da literatura elucidou que os procedimentos estéticos apresentam efeitos variados sobre a autoestima dos indivíduos, os quais sendo influenciados por múltiplos fatores. Entre eles, o tipo de procedimento realizado, as motivações pessoais que incentivaram a decisão de realizar os procedimentos, o suporte profissional oferecido nas etapas pré e pós-operatório e as expectativas relacionadas ao resultado.

Segundo Stachechem et al. (2024) demonstraram que procedimentos minimamente invasivos, como a toxina botulínica e os preenchedores faciais foram associados a melhorias na autoestima de pacientes e também na satisfação corporal. De forma semelhante Motoki (2023) identificou que pacientes submetidos à rinoplastia relataram melhora significativa em sua percepção de autoimagem e aumento da confiança em interações sociais.

Contudo, foi constatado que os benefícios psicológicos não são universais. Em pesquisa realizada por Oliveira (2021), parte das pacientes não obteve melhora expressiva no bem-estar emocional, especialmente quando a motivação inicial para o procedimento estava ligada a pressões externas, como exigências de parceiros ou padrões midiáticos. Em tais casos, a frustração com os resultados e a persistência de sentimentos de insegurança foram recorrentes.

Além disso, estudos como o de Kataoka et al. (2018) alertam para a prevalência de sintomas de transtorno dismórfico corporal (TDC) em indivíduos que procuram repetidamente procedimentos estéticos. Tais pacientes tendem a manter uma percepção distorcida de sua aparência mesmo após os procedimentos, o que reforça a importância da triagem psicológica no processo.

Em síntese, as pesquisas sugerem que, embora os procedimentos estéticos possam contribuir positivamente para a autoestima, esses benefícios são mediados por uma série de variáveis psicológicas, sociais e particulares de cada indivíduo. Nota-se que os resultados mais consistentes e duradouros são observados quando, há um bom autoconhecimento, obtêm suporte profissional adequado durante todo o processo, apresentam motivação interna genuína para realização do procedimento, e não agem sob pressão da sociedade.

Tabela 1: Artigos elegíveis para o estudo (n=11)

Autor/ano	Objetivo	Método	Resultados
Anjos; Ferreira, 2021	Compreender a relação entre a dependência de procedimentos e cirurgia estética.	Revisão de literatura.	Os resultados mostram que a baixa autoestima e a idealização está associada com a dependência e as cirurgias funcionam como defesa dos conflitos internos.
Augusto et al, 2017	Objetivo de avaliar a relação entre a influência da mídia e a insatisfação com sua imagem.	Estudo transversal com 212 meninas entre 10 e 18 anos.	85,8% das participantes se encontravam insatisfeitas, desejando ser mais magra.
Ferrarini et al, 2023	O estudo teve como seu objetivo analisar os efeitos psicológicos em um paciente com cirurgia estética.	Revisão bibliográfica.	A grande maioria dos pacientes apresentaram melhora em sua autoestima mas também insatisfações.
Giacomini, 2004	Analisar o corpo como uma “construção cultural” e “identidade social”.	Análise crítica.	Evidencia-se que o corpo funciona como um símbolo de identidade e distração.
Kataoka et al, 2018	Destacar características psicopatológicas para a prática clínica em pacientes com (TDC).	Revisão bibliográfica.	A identificação do TDC é essencial para a qualidade de vida do paciente.
Motoki, 2023	Avaliação de mulheres que fizeram rinoplastia aberta e estruturada.	Estudo clínico com 30 pacientes que responderam questionários pré e pós-operatório.	O resultados mostram uma melhora significativa na saúde mental, autoimagem etc.
Oliveira; Machado, 2021	Entender como os adolescentes se comportam frente às exigências sociais.	Entrevistas com 13 adolescentes de 15 a 19 anos.	Os resultados mostram a influência das redes sociais na construção da autoimagem.
Oliveira, 2021	Entender como funciona a pressão de parceiros e das redes sociais em relação à autoimagem.	Revisão bibliográfica.	Mostrou que as pacientes não tiveram melhora no bem-estar se a pressão for externa e não interna.
Pinheiro, 2023	Analisar a saúde mental e a autoestima.	Revisão bibliográfica.	Os resultados indicam que pessoas com autoestima boa reduzem seus sintomas ansiosos e depressivos.
Stachechem et al, 2024	Abranger um panorama sobre diagnóstico e tratamento do (TDC).	Experiência clínica e revisão de literatura científica.	O (TDC) pode ser confundido com vaidade e os procedimentos raramente causam melhoras na autoestima.

Discussão

Os resultados apresentados reforçam a ideia de que os procedimentos estéticos não devem ser analisados unicamente sob a ótica biomédica, que se limita à perspectiva técnica dos procedimentos, mas também a partir das suas implicações subjetivas e socioculturais, que induzem na forma em que irá impactar diretamente em suas mudanças mentais e em suas relações sociais. A busca pela modificação do corpo está, muitas vezes, associada a um desejo de pertencimento e reconhecimento social, como apontado por Giacomini (2004), o que torna o procedimento estético um fenômeno complexo e multifatorial.

A literatura revisada indica que no geral, há uma melhora perceptível na autoestima e na imagem corporal após a execução dos procedimentos estéticos, especialmente em indivíduos que possuem motivações intrínsecas, ou seja, que optam por realizarem os procedimentos por desejo pessoal e não por pressão externa. Esse dado está em consonância com os pressupostos da Psicologia Humanista, destacando a importância da congruência entre o self ideal e o self real como elemento para a promoção do bem-estar psicológico e também para uma autoimagem mais autêntica e o mais importante, saudável.

Entretanto, é válido ressaltar também dos riscos significativos envolvidos quando o desejo pela modificação corporal está ligado a padrões estéticos inalcançáveis ou à tentativa de acabar com conflitos internos profundos. Nesses casos, os procedimentos estéticos tendem a atuar como um paliativo, que não persiste por muito tempo e também não alcança a raiz do sofrimento psíquico, podendo inclusive intensificá-lo, agravando a frustração e insatisfação dos problemas já existentes.

O conceito de Transtorno Dismórfico Corporal, amplamente discutido por Stachechem et al. (2024), aparece como uma categoria diagnóstica fundamental nesse contexto. Trata-se de um transtorno caracterizado pela preocupação excessiva e persistente com defeitos imaginários ou mínimos. Sua presença em pacientes que buscam repetidos procedimentos estéticos evidenciam a necessidade de maior rigor na avaliação psicológica, sendo a mesma cautelosa e bem aprofundada pré-procedimento. Servindo como base para que o indivíduo repense na necessidade da realização dos procedimentos.

Dessa forma, a discussão sobre os efeitos dos procedimentos estéticos na autoestima precisa estar articulada a uma abordagem ética e interdisciplinar, que envolva a participação dos profissionais da saúde física e mental, dando o devido suporte em aspectos como sua alimentação equilibrada, prática de atividades físicas, procedimentos estéticos realizados de forma saudável, entre outros. O cuidado com o sofrimento psíquico deve anteceder qualquer julgamento estético, visando o estímulo de sua saúde integral e a prevenção de qualquer dano emocional posterior decorrente a uma relação fragilizada com sua aparência.

Conclusão

Os dados apresentados nesta revisão de literatura permitem concluir que os procedimentos estéticos exercem influência significativa na autoestima e no sentido da autoimagem dos indivíduos, podendo contribuir positivamente para o bem-estar subjetivo e para a construção de uma imagem corporal mais satisfatória e conexa com o self ideal. Contudo, nota-se que os benefícios emocionais tendem a só se desenvolverem de forma consistente quando o procedimento é incentivado por fatores internos, com desejo pessoal e genuíno, acompanhado por suporte profissional adequado durante todo o processo e também no pós-procedimento, para que garanta uma orientação contínua relacionada com as transformações realizadas e que assim possa alcançar o bem-estar.

A presença de distorções cognitivas relacionadas ao corpo, deve ser considerada com cautela, uma vez que pode comprometer a eficácia dos procedimentos estéticos e agravar o sofrimento psíquico. Dessa maneira, recomenda-se que os profissionais da saúde envolvidos nesse processo adotem uma abordagem personalizada, que contemple não apenas os aspectos físicos, mas também as dimensões emocionais e subjetivas do paciente, garantindo a segurança ao longo do processo.

Além disso, destaca-se a importância de promover uma educação estética que vá além da busca por padrões impostos pela sociedade, muitas vezes dissociado da realidade, especialmente quando intensificado nas redes sociais, estabelecendo um padrão irreal e inalcançável de beleza. O papel da psicologia junto à estética, nesse cenário, torna-se essencial para auxiliar os indivíduos na construção de uma autoimagem saudável, realista e com suas particularidades únicas, estimulando também a aceitação e valorização das diversidades corporais, cooperando com o principal, o bem-estar psicológico.

Referências

- ANJOS, L. A.; FERREIRA, Z. A. B. **Saúde Estética: Impactos Emocionais causados pelo padrão de beleza imposto pela sociedade.** Revista Multidisciplinar e de Psicologia. 2021.
- AUGUSTO, A. G. L. et al. **Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras.** Scielo Brasil. 2017.
- FERRARINI, N. O. et al. **Impactos psicológicos da realização da cirurgia plásticas.** Brazilian Journal of Development. 2023.
- GIACOMINI, S. M. **O Corpo como cultura e cultura do corpo: uma explosão de significados.** Revista de Saúde Coletiva. 2004.
- KATAOKA, A. et al. **O Transtorno dismórfico corporal e a influência da mídia na procura por cirurgia plástica: a importância da avaliação adequada.** Revista Brasileira de Cirurgia Plástica. 2023.
- MOTOKI, T. H. C. **Autoimagem, autoestima, ansiedade e a capacidade funcional em pacientes submetidas à rinoplastia aberta e estruturada.** Unifesp. 2023.
- OLIVEIRA, M. R.; MACHADO, J. S. A. **O insustentável peso da autoimagem: (re)representações na sociedade do espetáculo.** 2021.
- OLIVEIRA, R. C. **Pressão estética e autoimagem: um estudo com mulheres de diferentes faixas etárias.** Unisul. 2021.
- PINHEIRO, A. P. O. R. S. et al. **Autoestima como Fator Protetivo para a Saúde Mental.** Revista de Psicologia. 2023.
- STACHECHEM, S. K. et al. **Procedimentos cirúrgicos estéticos em pacientes diagnosticados com transtorno dismórfico corporal.** Universidade do Contestado, Marafra, SC, Brasil, 2024.

Agradecimentos

Quero agradecer primeiramente a Deus, pela minha vida, saúde e por me ajudar a enfrentar todos os obstáculos durante o curso. Ao meu namorado, pelo companheirismo e apoio em todos os momentos da minha vida. Ao meus pais e ao meu irmão por nunca terem medido esforços para me proporcionar um ensino de qualidade.