

Autoestima no puerpério: atuação do esteticista

Self-esteem in the puerperium: performance of the beautician

La autoestima en el puerperio: actuación de la esteticista

Recebido: 20/05/2022 | Revisado: 01/06/2022 | Aceito: 01/06/2022 | Publicado: 06/06/2022

Aline Sena Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5904-8282>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: a.gomesestetica@gmail.com

Darciane Oliveira Santos Schettini

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0984-8203>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: darcishett@gmail.com

Jeane Rocha Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1398-3638>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: jeane@fainor.com.br

Ana Rachel Moreno Caetité

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1329-7440>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: anarachel@fainor.com.br

Resumo

A gestação é um momento em que o corpo feminino passa por diversas modificações, principalmente devido à desregulação dos hormônios para preparar o corpo para o crescimento do bebê. Essas modificações durante a gestação estão entre as maiores preocupações das mulheres, pois após o parto as modificações físicas podem alterar, conseqüentemente, a qualidade de vida da mulher, gerando baixa autoestima. O objetivo deste estudo é descrever o papel do esteticista na elevação da autoestima das mulheres no puerpério. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura: Foram realizadas pesquisas em bases eletrônicas, como Scientific Eletronic Library Online - Scielo, Bireme, Google Acadêmico, LILACS (Literatura científica e técnica da América Latina e Caribe) e BVS - Biblioteca Virtual em Saúde, artigos que apresentaram informações sobre o tema escolhido, podendo ser revisão literária ou pesquisa de campo. Os devidos artigos foram selecionados após a leitura da revisão e da introdução dos mesmos, e que se enquadram nos critérios de inclusão adotados, como artigos que apresentaram a temática em questão e que foram publicados entre os anos de 2012 e 2022. Os estudos que compõem essa revisão, mostram que o papel do esteticista na melhora da autoestima de mulheres no puerpério é relevante, uma vez que se trata de uma fase da vida da mulher que produz inúmeras alterações inestéticas.

Palavras-chave: Estética; Puerpério; Autoestima; Pós-parto; Ensino em saúde.

Abstract

Pregnancy is a time when the female body undergoes several changes, mainly due to the deregulation of hormones to prepare the body for the baby's growth. These changes during pregnancy are among the biggest concerns of women, because after childbirth, physical changes can consequently alter the woman's quality of life, generating low self-esteem. The aim of this study is to describe the role of the beautician in raising the self-esteem of women in the postpartum period. This is an integrative literature review: Research was carried out in electronic databases, such as Scientific Electronic Library Online - Scielo, Bireme, Google Scholar, LILACS (Scientific and Technical Literature of Latin America and the Caribbean) and VHL - Virtual Health Library, articles that presented information on the chosen topic, which could be a literary review or field research. The appropriate articles were selected after reading the review and their introduction, and that fit the adopted inclusion criteria, such as articles that presented the theme in question and that were published between the years 2012 and 2022. The studies that compose this review, show that the role of the beautician in improving the self-esteem of women in the postpartum period is relevant, since it is a phase of a woman's life that produces numerous unsightly changes.

Keywords: Aesthetics; Puerperium; Self esteem; Postpartum; Health teaching.

Resumen

El embarazo es un momento en que el cuerpo femenino sufre varios cambios, principalmente debido a la desregulación de las hormonas para preparar el cuerpo para el crecimiento del bebé. Estos cambios durante el embarazo se encuentran entre las mayores preocupaciones de las mujeres, ya que después del parto, los cambios físicos pueden, en consecuencia, alterar la calidad de vida de la mujer, generando una baja autoestima. El objetivo de este estudio es describir el papel de la esteticista en la elevación de la autoestima de las mujeres en el posparto. Esta es una revisión integradora de la

literatura: La investigación se realizó en bases de datos electrónicas, como Scientific Electronic Library Online - Scielo, Bireme, Google Scholar, LILACS (Literatura Científica y Técnica de América Latina y el Caribe) y BVS - Biblioteca Virtual en Salud, artículos que presentaba información sobre el tema elegido, que podía ser una revisión literaria o una investigación de campo. Los artículos apropiados fueron seleccionados después de la lectura de la revisión y su introducción, y que se ajustaban a los criterios de inclusión adoptados, como artículos que presentaban el tema en cuestión y que fueron publicados entre los años 2012 y 2022. Los estudios que componen esta revisión muestran que El papel de la esteticista en la mejora de la autoestima de la mujer en el posparto es relevante, ya que es una etapa de la vida de la mujer que produce numerosos cambios antiestéticos.

Palabras clave: Estética; Puerperio; Autoestima; Posparto; Enseñanza en salud.

1. Introdução

A gestação é um momento em que o corpo feminino passa por diversas modificações, principalmente devido à desregulação dos hormônios para preparar o corpo para o crescimento do bebê (Pinto, 2015). Segundo Alves e Bezerra (2020) essas transformações são fisiológicas, físicas e psicológicas.

O puerpério, também conhecido como resguardo, varia de um mês a um mês e duas semanas, após o parto (Marambaia et al., 2020). Neste período há uma queda na produção de hormônios, onde ocorrem diversas modificações, principalmente o retorno dos órgãos ao estado de como era antes da gravidez. As alterações hormonais causadas pelo puerpério geram uma queda na produção do estrogênio e da progesterona, sendo comum o desenvolvimento de depressão pós-parto (Rodrigues et al., 2021).

Por ser considerado o período de maior mudança no funcionamento e na forma do corpo humano em tão pouco tempo. As alterações, que vão além de fisiológicas, ocorrem também emocionalmente e psicologicamente (Baracho, 2007).

Devido às adaptações produzidas pelo corpo para que haja o crescimento e o desenvolvimento do feto, surgem inúmeras alterações estéticas nesse período, destacando-se: estrias, edema, fibro edema gelóide (celulite), varizes, acne, melasma, flacidez e diástase. O profissional de estética então torna-se um importante aliado para a realização de procedimentos para amenizar as consequências da gestação (Frielink et al., 2015). Além disso, é importante que neste período, composto de várias mudanças, é essencial que a mulher tenha uma rede de apoio para ajudá-la a enfrentar as inseguranças causadas no puerpério (Massih & Capel, 2015).

Frente ao exposto, o objetivo deste estudo é descrever o papel do esteticista na elevação da autoestima das mulheres no puerpério.

2. Metodologia

Este estudo, de abordagem qualitativa, trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que segundo Gil (2010) possui dois objetivos: Construir a contextualização de um problema e a analisar a alternativas existentes na literatura examinadas para a elaboração do referencial teórico do estudo. Além disso, por se tratar de um assunto pouco estudo e explorado, assume a característica de uma pesquisa descritiva exploratória (Gil, 2010).

Os artigos foram selecionados através dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) “estética”; “puerpério”; “autoestima”; “pós-parto”; “ensino em saúde”. Os descritores foram pesquisados nos idiomas inglês e português do Brasil, nas bases eletrônicas Scientific Electronic Library Online - Scielo, Bireme, Google Acadêmico, LILACS (Literatura científica e técnica da América Latina e Caribe) e BVS - Biblioteca Virtual em Saúde, através da leitura do resumo e da introdução dos mesmos.

Os critérios de inclusão adotados para a seleção dos artigos foram: a) artigos que tivessem relação com o tema do estudo, b) artigos publicados no intervalo entre 2010 e 2022, c) artigos em língua inglesa e em português do Brasil. O estudo teve como critérios de exclusão: d) artigos publicados anteriormente ao ano de 2010, e) artigos incompletos, f) artigos que não possuíssem relação com o tema, g) artigos duplicados encontrados em mais de uma base de dados, h) artigos que não condiziam com as palavras chaves deste estudo.

Inicialmente foram encontrados 50 artigos, destes, 20 foram excluídos por não possuírem relação com a temática escolhida. Dos 30 restantes, 24 haviam sido publicados anteriormente ao ano de 2010. Ao final da filtragem, 6 artigos se enquadraram totalmente aos critérios de inclusão e exclusão deste estudo e o compuseram.

A análise dos dados foi realizada e os artigos escolhidos foram reunidos em um quadro com as seguintes subdivisões: autor, tema, objetivos, métodos, resultados e ano de publicação. Foi ainda realizada uma análise descritiva e comparativa dos dados obtidos sobre a tema em questão, pois desta forma, a abordagem da temática ficou mais explícita e objetiva.

Este estudo seguiu as questões éticas dispostas na Lei de Direitos Autorais: Lei de número 9.610, de fevereiro de 1998, garantindo que os dados que foram usados para a sua realização estão referenciados corretamente, evitando cópias e plágios.

3. Resultados e Discussão

Dentre as 6 publicações selecionadas para esse estudo, cada autor demonstra, com suas particularidades, que o esteticista tem um papel importante na elevação da autoestima da puérpera. O quadro abaixo traz informações acerca dos dados das pesquisas. Para melhor compreensão, os dados dos artigos foram organizados em um quadro – Quadro 1, contendo informações referentes ao ano de publicação, título, autor, objetivos, métodos e principais resultados de cada artigo selecionado.

Quadro 1 - Artigos selecionados segundo autor\ano, título, objetivos, métodos, resultados. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. 2022.

AUTORA\ANO	TÍTULO	OBJETIVOS	MÉTODOS	RESULTADOS
Garcia et al./2020	Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão integrativa.	o identificar as principais alterações estéticas durante o período gestacional.	Revisão Integrativa.	Foram constatadas diversas alterações estéticas durante o período gestacional, dentre elas, o ME, aumento do volume das mamas, aumento de peso, desenvolvimento de estrias, surgimento de varizes e ME..
Mota et al. / 2021	Efeitos da radiofrequência em pacientes com flacidez tissular.	Descrever os efeitos e benefícios que a Radiofrequência pode provocar no combate a flacidez tissular nos pacientes.	Revisão da literatura narrativa tradicional.	O uso da radiofrequência para o tratamento da flacidez, gera alterações nas fibras de colágeno sendo visível através da melhora da tonicidade da pele reduzindo-as.
Demartini et al. /2015	Atuação da Fisioterapia Dermatofuncional na Flacidez Cutânea e Muscular Abdominal em Mulheres no Puerpério: Revisão da Literatura	Revisar a literatura acerca de pesquisas já realizadas sobre os tratamentos fisioterapêuticos para flacidez cutânea e muscular abdominal	Revisão da literatura	Verificou-se que a estimulação elétrica neuromuscular de média frequência aplicada no pós-parto tardio é eficaz na redução da DMRA e no aumento do tônus e do trofismo muscular.
Silva et al./2020	Terapia combinada para tratamento das estrias pós puerpério: benefícios da radiofrequência, vacuoterapia e fatores de crescimento.	Apontar o caso das estrias desenvolvidas pela gravidez e o seu tratamento estético por meio dos recursos eletroterápicos e princípio ativo citados acima.	Revisão narrativa de literatura.	Conclui-se que a terapia combinada com radiofrequência e vacuoterapia, podem ser de grande importância no tratamento das estrias pós gestação, visto que seus mecanismos de ação agem removendo células mortas, aumento da circulação sanguínea, trazendo aporte nutricional, oxigenação e com isso aumentando a produção de colágeno e elastina.

Oliveira et al. /2020	Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: Estudo Integrativo com foco na consulta de enfermagem	Avaliar a autoestima de pacientes oncológicos submetidos à quimioterapia.	Revisão Integrativa da Literatura (RIL), do tipo qualitativa.	Encontrou-se maior frequência de pacientes que apresentaram autoestima alta, sendo que alguns deles apresentaram autoestima média ou baixa. A escala apresentou um valor alfa de Cronbach de 0,746, considerando-se sua consistência interna boa e aceitável para os itens avaliados. Nenhuma variável independente apresentou associação significativa com a autoestima.
Costa, et al./ 2021	Fisioterapia na recuperação muscular de diástase abdominal em puérperas.	O objetivo deste estudo foi analisar como o tratamento fisioterápico é importante para minimizar os efeitos negativos da DMRA.	Pesquisa bibliográfica.	Como resultado ficou evidente que o desconhecimento sobre a diástase durante a atenção primária influencia na busca do tratamento da diástase nas mulheres puérperas e que o tratamento fisioterápico melhora bastante, o fortalecimento da musculatura Abdominal.

Fonte: Dados da pesquisa.

Segundo Alves e Bezerra (2020), a gestação trata-se de um período no qual a mulher passará por várias mudanças fisiológicas, físicas, psicológicas e hormonais que irá interferir diretamente na autoestima. Da mesma maneira Zampronio (2012), afirma que essas alterações estéticas aumentam o risco de formação de estrias, edemas, fibro edema gelóide, lipodistrofia localizada, melasma, acne e demais disfunções.

De acordo com Piccinini et al. (2008), as mudanças biológicas, somáticas, psíquicas e sociais irão influenciar diretamente a experiência da mulher psicológica individual. No qual os conflitos comuns já existentes se tornam os mais importantes para a identidade de pessoa feminina. O autor ainda reforça que através de todas as alterações anímicas, ligadas à gestação, levam a uma exacerbação da sensibilidade feminina, o que mantém fortemente um risco de uma crise emocional, que é baseada em começar a gerenciar toda adaptação e resolução de conflitos que até então não existiam.

Entre as diversas disfunções no pós-parto está a flacidez, posta por Mota (2021), como uma alteração estrutural referente ao estado flácido do tecido conjuntivo composto de fibras de colágeno, elastina e reticulares que presta a elasticidade dérmica e o tônus da pele, no qual gera uma diminuição da funcionalidade desse tecido de sustentação. Além disso, Lima e Rodrigues (2012), explicam que a pele tem o comportamento viscoelástico com a capacidade de remodelar-se perante a contração exercida no tecido.

Consequência dessa elasticidade, Cordeiro e Moraes (2009) e Kede e Sabatovich (2009) comparam as estrias como uma cicatriz.

Segundo Purim e Avelar (2012), outra alteração proveniente dessa idade fértil da mulher é o melasma, caracterizado pela pigmentação melânica irregular, principalmente na região facial. A luz solar e a predisposição genética são fatores etiológicos consideráveis, entretanto os distúrbios hormonais estimulam os melanócitos desenvolvendo o melasma. O que causa um impacto negativo na qualidade de vida, em virtude de uma insatisfação da aparência, comprometendo a autoestima da mulher.

Rett et. al. (2009) identificou a diástase como outra mudança que ocorre no corpo feminino no puerpério: causada pelo crescimento uterino que provoca o estiramento da musculatura abdominal. A diástase afeta os músculos reto abdominais, trazendo um prejuízo no vetor de força desses músculos, influenciando diretamente na diminuição da capacidade de contração muscular. O autor ainda afirma que essa disfunção afeta a estabilização do tronco, provocando dores lombares.

Diversos recursos estéticos podem ser utilizados para tratamentos dessas disfunções gravídicas. Dentre eles, destacam-se aparelhos a radiofrequência, citada por Silva et al. (2020), na qual considera o método que oferece ótimos resultados para otimização do colágeno e a elastina. Que por sua vez é comprometida na flacidez e nas estrias. O mesmo autor explica também sobre a vacuoterapia que estimula o tônus epidérmico para uma reformulação cutânea através do desfibrosamento gradativo.

Costa et al. (2019) descreve os benefícios do uso da eletroestimulação neuromuscular na melhora estética da flacidez muscular, devido aos estímulos elétricos do recurso que promovem a contração e auxilia na melhora do tônus muscular. Segundo

os autores não é necessário muito tempo de utilização, pois poucos minutos da terapia equivale a uma quantidade considerável de abdominais bem executados.

4. Considerações Finais

Diante do exposto, é possível concluir que o papel do esteticista na melhora da autoestima de mulheres no puerpério é relevante, uma vez que se trata de uma fase da vida da mulher que produz inúmeras alterações inestéticas. O esteticista realiza tratamentos que podem melhorar a diástase abdominal, estrias, lipodistrofia localizada, melasma e flacidez.

Ademais, sugere-se que novos estudos acerca do tema aqui apresentado sejam realizados para que possam elucidar como cada recurso aqui apresentado age no tratamento das disfunções estéticas no puerpério.

Referências

- Alves, T. V., & Bezerra, M. M. M. (2020). Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional / Main Physiological and Psychological changes during the management period. *ID on Line REVISTA DE PSICOLOGIA*, 14(49), 114–126. <https://doi.org/10.14295/online.v14i49.2324>
- Baracho, E. (2007). *Fisioterapia aplicada à obstetrícia, uroginecologia e aspectos de mastologia* (4ª ed.). Guanabara Koogan.
- Cordeiro, R. C. T., & Machado de Moraes, A. (2009). Striae distensae: Fisiopatologia. *Surgical & Cosmetic Dermatology*, 1(3), 137–140. <https://www.redalyc.org/pdf/2655/265521005008.pdf>
- Costa, A. C. R., Saleme, A. P. d. F., Amma, P. C. C., & Sequenzia, V. Â. (2019). O uso da corrente russa na recuperação da flacidez do músculo reto abdominal no puerpério. *Revista Saúde dos Vales*, 1(1), 52–65. https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2019/uso_da_corrente_russa_na_recuperacao_da_flacidez_do_musculo_reto_abdom_326.pdf
- Costa, A. S. P., Oliveira Júnior, P. L. D., & Alves, A. E. O. D. A. (2021). Fisioterapia na recuperação muscular de diástase abdominal em puérperas. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(11), 577–597. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i11.3091>
- Demartini, E., Deon, K. C., & Simões, N. d. P. (2015). Atuação da fisioterapia dermatofuncional na flacidez cutânea e muscular abdominal em mulheres no puerpério: Revisão da literatura. *Revista Brasileira de Terapias e Saúde*, 6(1), 13–19. <https://doi.org/10.7436/rbts-2015.06.01.03>
- Frieling, N., Schuengel, C., Kroon, A., & Embregts, P. J. C. M. (2015). Pretreatment for substance-abusing people with intellectual disabilities: Intervening on autonomous motivation for treatment entry. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59(12), 1168–1182. <https://doi.org/10.1111/jir.12221>
- Garcia, A. M. A., Silva Neto, F. S. d., & Vidal, G. P. (2020). Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(9), Artigo e14996332. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.6332>
- Gil, A. C. (2010). Métodos e técnicas de pesquisa social. (6a ed.). Atlas.
- Kede, M. P. V., & Sabatovich, O. (2009). *Dermatologia estética* (2ª ed.). Atheneu.
- Lima, E. P. F., & Rodrigues, G. B. d. O. (2012). A estimulação russa no fortalecimento da musculatura abdominal. *ABCD. Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva (São Paulo)*, 25(2), 125–128. <https://doi.org/10.1590/s0102-67202012000200013>
- Marambaia, C. G., Vieira, B. D. G., Alves, V. H., Rodrigues, D. P., Almeida, V. L. M., & Calvão, T. F. (2020). Sexualidade da mulher no puerpério: Reflexos da episiotomia. *Cogitare Enfermagem*, 25. <https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.67195>
- Massih Pio, D. A., & Capel, M. d. S. (2015). Os significados do cuidado na gestação. *Revista Psicologia e Saúde*. <https://doi.org/10.20435/pssa.v7i1.406>
- Mota, M. D. N., Araújo, O. F. D., & Oliveira, N. P. C. D. (2021). Efeitos da radiofrequência em pacientes com flacidez tissular. *Research, Society and Development*, 10(14), Artigo e324101422173. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.22173>
- Oliveira, T. L. D., Almeida, J. L. S., Silva, T. G. L. d., Araújo, H. S. P., & Juvino, E. O. R. S. (2020). Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: Estudo Integrativo com foco na consulta de enfermagem. *Research, Society and Development*, 9(12), Artigo e18291210836. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i12.10836>
- Piccinini, C. A., Lopes, R. S., Gomes, A. G., & De Nardi, T. (2008). Gestação e a constituição da maternidade. *Psicologia em Estudo*, 13(1). <https://doi.org/10.1590/s1413-73722008000100008>
- Pinto, A. V. A., Schleder, J. C., Pentead, C., & Gallo, R. B. S. (2015). Avaliação da mecânica respiratória em gestantes. *Fisioterapia & Pesquisa*, 22(4), 348–354. <https://doi.org/10.590/1809-2950/13667922042015>
- Purim, K. S. M., & Avelar, M. F. D. S. (2012). Fotoproteção, melasma e qualidade de vida em gestantes. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 34(5), 228–234. <https://doi.org/10.1590/s0100-72032012000500007>
- Rett, M., Braga, M., Bernardes, N., & Andrade, S. (2009). Prevalência de diástase dos músculos retoabdominais no puerpério imediato: Comparação entre primíparas e múltiparas. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 13(4), 275–280. <https://doi.org/10.1590/s1413-35552009005000037>
- Rodrigues, T. S., Backes, D. S., Smeha, L. N., & Haefner, L. S. B. (2021). Cuidados básicos para minimizar a permanência do melasma pós gestacional: Revisão integrativa. *Disciplinarum Scientia - Ciências da Saúde*, 22(1), 67–75. <https://doi.org/10.37777/dscs.v22n1-006>

Silva, E. S., Gonçalves Penha, F. R., Da Silva Paranhos, I. C., Fukamachi Bernardes, M. H., De Figueiredo, S. S., Almeida, L., & Ferreira, L. d. A. (2020). Terapia combinada para tratamento das estrias pós puerpério: Benefícios da radiofrequência, vacuoterapia e fatores de crescimento. *Brazilian Journal of Natural Sciences*, 3(2), 365. <https://doi.org/10.31415/bjns.v3i2.102>

Zamprônio, F. P. C., & Dreher, D. Z. (2012). Atuação da fisioterapia dermato-funcional das disfunções estéticas decorrentes da gravidez. *Repositório Unijuí*, 15. <http://bibliodigital.unijui.edu.br>