

**Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão
integrativa**

Analysis of the main aesthetic changes resulting from pregnancy: an integrative review

**Análisis de los principales cambios estéticos derivados del embarazo: una revisión
integradora**

Recebido: 05/07/2020 | Revisado: 16/07/2020 | Aceito: 23/07/2020 | Publicado: 09/08/2020

Andriely Mayara Almeida Garcia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7223-1295>

Faculdade Uninassau, Brasil

E-mail: mayaragarciafisio@icloud.com

Fernando Soares da Silva Neto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5830-1928>

Universidade Federal da Paraíba, Instituto Brasil de Ensino, Brasil

E-mail: Fernando.fernandosoares@outlook.com.br

Giovanna Pontes Vidal

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1689-3328>

Faculdade Uninassau, Brasil

E-mail: Giovannapvidal@gmail.com

Resumo

Introdução: A gravidez corresponde a um período em que não deve receber destaque apenas pelo desenvolvimento de um novo ser, mas sim, por um conjunto de modificações que podem suceder na vida de uma gestante, como é o caso das alterações estéticas em seu corpo e modificações exteriores para o recebimento de uma criança. Objetivo: Identificar as principais alterações estéticas durante o período gestacional. Metodologia: Caracterizada como revisão integrativa da literatura por meio de uma abordagem exploratória, quantitativa e qualitativa, no qual foi utilizada para o levantamento dos dados bibliográficos a base de dados Lilacs, Scielo Pubmed por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados como critérios de inclusão para a pesquisa artigos originais em língua portuguesa e inglesa publicados entre 2009 e 2017, disponíveis online, na íntegra e como critérios de exclusão, dissertações, revisões sistemáticas, revisões integrativas, bibliográficas ou de meta-análise. Assim como os materiais que não obtinham nenhuma associação com a temática central da

pesquisa. Resultados e Discussão: Dentre as principais alterações constatadas durante a gestação, podemos mencionar: o aumento das mamas, aumento de peso, desenvolvimento de estrias, varizes e melasma. Considerações Finais: Diversas alterações estéticas podem ser averiguadas durante a gestação, mas esses impactos negativos podem ser diminuídos com o aparato de um profissional da área da saúde, para que as gestantes possam obter as recomendações necessárias para que possam obter uma gravidez saudável e o desenvolvimento adequado da criança.

Palavras-chave: Gravidez; Alterações estéticas; Fisiologia; Estética.

Abstract

Introduction: Pregnancy corresponds to a period in which it should not be highlighted only by the development of a new being, but by a set of changes that can happen in the life of a pregnant woman, as is the case with aesthetic changes in her body and external modifications for receiving a child. **Objective:** To identify the main aesthetic changes during the gestational period. **Methodology:** Characterized as an integrative literature review through an exploratory, quantitative and qualitative approach, in which the Lilacs, Scielo Pubmed database was used to survey bibliographic data through the Virtual Health Library (VHL). Original articles in Portuguese and English published between 2009 and 2017, available online, in their entirety and as exclusion criteria, dissertations, systematic reviews, integrative, bibliographic or meta-analysis reviews were used as inclusion criteria for the research. As well as materials that did not have any association with the central theme of the research. **Results and Discussion:** Among the main changes observed during pregnancy, we can mention: breast enlargement, weight gain, development of stretch marks, varicose veins and melasma. **Final Considerations:** Several aesthetic changes can be investigated during pregnancy, but these negative impacts can be reduced with the apparatus of a health professional, so that pregnant women can obtain the necessary recommendations so that they can achieve a healthy pregnancy and development child.

Keywords: Pregnancy; Aesthetic changes; Physiology; Aesthetics.

Resumen

Introducción: el embarazo corresponde a un período en el que no debe destacarse solo por el desarrollo de un nuevo ser, sino por un conjunto de cambios que pueden ocurrir en la vida de una mujer embarazada, como es el caso de los cambios estéticos en su cuerpo y modificaciones externas para recibir a un niño. **Objetivo:** identificar los principales cambios

estéticos durante el período gestacional. Metodología: Caracterizado como una revisión bibliográfica integradora a través de un enfoque exploratorio, cuantitativo y cualitativo, en el que se utilizó la base de datos Lilacs, Scielo Pubmed para encuestar datos bibliográficos a través de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS). Se utilizaron artículos originales en portugués e inglés publicados entre 2009 y 2017, disponibles en línea en su totalidad y como criterios de exclusión, disertaciones, revisiones sistemáticas, revisiones integrales, bibliográficas o de metanálisis como criterios de inclusión para la investigación. Además de materiales que no tenían ninguna asociación con el tema central de la investigación. Resultados y discusión: Entre los principales cambios observados durante el embarazo, podemos mencionar: aumento de senos, aumento de peso, desarrollo de estrías, venas varicosas y melasma. Consideraciones finales: Se pueden investigar varios cambios estéticos durante el embarazo, pero estos impactos negativos se pueden reducir con el aparato de un profesional de la salud, para que las mujeres embarazadas puedan obtener las recomendaciones necesarias para que puedan lograr un embarazo y desarrollo saludables.

Palabras clave: Embarazo; Cambios estéticos; Fisiología; Estética.

1. Introdução

A gestação caracteriza-se como um evento fisiológico e gradativo que, deve ser vista pelas gestantes e equipes de saúde como parte de uma experiência de vida saudável, envolvendo modificações dinâmicas do ponto de vista social, emocional e principalmente físico (Brasil, 2010).

Intensas alterações fisiológicas acontecem no corpo materno durante o período gravídico, o que por sua vez, envolvem diferentes sistemas. Estas modificações acontecem em resposta ao aumento da carga fisiológica hormonal, que começa desde a primeira semana da gestação e perdura durante toda ela. Além das alterações fisiológicas também ocorrem agitações de cunho emocional e psicológica, que acabem sofrendo influência de vários fatores a exemplo deles o fator: relação mulher e seu corpo, que se encontram em significativas transformações (Zampronio & Dreher, 2013).

Durante a fase gravídica acontecem modificações metabólicas de cunho proteico, lipídico e glicídico; bem como, aumento do débito cardíaco, volemia, hemodiluição e alterações na pressão arterial; aumento do fluxo glomerular; alterações na dinâmica respiratória; modificações do apetite, náuseas e vômitos, refluxo gastroesofágico, constipação; e alterações imunológicas variadas, as quais permitem que a mulher suporte a sobrecarga de

gerar um novo organismo. As intensas alterações imunológicas, endócrinas, metabólicas e vasculares tornam a gestante susceptível a mudanças na pele, tanto fisiológicas quanto patológicas (Alves, Varella & Nogueira, 2005).

A maioria dessas mudanças no corpo feminino acontece em decorrência de alterações de ordem hormonal e/ou mecânicas. As modificações hormonais caracterizam-se por intensas elevações de alguns hormônios principalmente, estrogênio, progesterona, *Human Chorionic Gonadotropin* (HCG), prolactina bem como, uma variedade de hormônios e também mediadores que a modificam totalmente as atividades orgânicas (Zampronio & Dreher, 2013).

As alterações hormonais são constatadas como a principal causadora dessas transformações, involuntariamente, é claro. Neste sentido, o volume total de sangue também aumenta, sendo maior o fluxo sanguíneo para o útero e para os rins, e o crescimento do feto causa ampliação e deslocamento do útero. Ocorre ainda aumento de peso corpóreo e modificações adaptáveis no centro de gravidade e na postura. Essas alterações acarretam inúmeras consequências ao corpo da mulher em processo gravídico, o que por sua vez acaba prejudicando-a tanto no quesito saúde e principalmente no que diz respeito a estética, já que conflitos psicológicos como a ansiedade e baixa estima são vivenciados diariamente por esta futura mãe (Fonseca, Pires, Magalhães, Paiva, Sousa & Bastos, 2009).

Durante a gravidez ocorrem inúmeras alterações estéticas, entre elas destacam-se: estrias, edema, fibroedemagelóide, varizes, acne e melasmas (ME) no corpo materno durante o período gestacional, as quais podem ser amenizadas através de tratamentos estéticos. A pele é a principal afetada por estas instabilidades hormonais, em resposta disso a mesma acaba por desenvolver algumas alterações que são características do período gestacional estas são divididas em três principais classes a exemplo: alterações fisiológicas da gravidez, dermatoses específicas da gravidez e dermatoses alteradas na gravidez (Alves, Varella & Nogueira, 2005; Frielink, Schuengel, Kroon & Embregts, 2015).

Visto isso a acne é uma das principais alterações estéticas que surgem durante a gravidez, e geralmente também ocorrem associadas a edema, estrias, ME e varizes (da Silva & Mejia, 2013). Corresponde a uma enfermidade inflamatória da unidade pilossebácea da pele, particularizada de modo inicial pela presença de um comedão ou “cravo”. Essa estrutura sucede pela obstrução do orifício de saída da unidade pilossebácea, com aglomeração de secreções, restos celulares e outras vezes um ácaro: o *Demodex folliculorum* (Brenner, Rosas, Gadens, Sulzbach, Carvalho & Tamashiro, 2012).

Um fator a ser mencionado na dimensão da gravidade da acne corresponde ao grau de sofrimento psicossocial do paciente. Diversas vezes, o aparecimento da acne contribui para

quadros de depressão e fobia social. De um modo geral, o diagnóstico de acne vulgar não é difícil, o quadro clínico é significativamente típico, com lesões e sintomas locais particulares e com ausência de manifestações sistêmicas. Os principais diagnósticos diferenciais abrangem: foliculites, rosácea, dermatite perioral, erupções acne formes e tumores benignos como: hiperplasia sebácea, siringoma e esclerose tuberosa (Brenner et al., 2012).

O edema caracteriza-se como uma das alterações que é mais pertinente e duráveis na gravidez, pela qual a gestante mais sente desconforto e dor, podendo impossibilitá-la de exercer suas tarefas diárias. O edema gestacional é o excessivo acúmulo de líquido nos tecidos, sendo assim, resultado do desequilíbrio entre o aporte líquido retirado dos capilares sanguíneos e a drenagem do líquido (Ranzi & Souza, 2013).

As estrias que aparecem no período gestacional causam desconforto intenso para as mulheres. As grávidas caucasianas são as mais acometidas pelas estrias e surgem em oposição às linhas de tensão da pele. Os locais mais frequentes são: abdômen, mamas, braços e dorso (Alves, Nogueira & Varella, 2005). As estrias também podem ser caracterizadas como lesões cutâneas lineares bem definidas, caracterizadas por alterações que ocorrem no tecido conjuntivo pela perda da capacidade de síntese de fibroblastos, colágeno e elastina. Inicialmente apresentam-se rubras e rosadas, sendo bastante aparentes. Na fase seguinte, após o parto, é quando a formação está quase estabelecida, ocorrendo à atrofia, sendo então, denominadas albas, pois se tornam brancas nacaradas, porém menos perceptíveis (Ranzi & Souza, 2013).

As alterações pigmentares são extremamente comuns, acometendo até 90% das gestantes e iniciando precocemente. A hiperpigmentação costuma ser generalizada, com acentuação das regiões normalmente mais pigmentadas, como aréolas mamárias, genitália, períneo, axilas e face interna das coxas. É uma hiperpigmentação comum, crônica e adquirida, de coloração castanho-clara a escura, que ocorre primariamente na face, pescoço e antebraços, considerada a alteração pigmentaria cutânea mais comum e mais visível durante a gravidez, acometendo até 75% das gestantes (Ranzi & Souza, 2013).

O ME ou mancha gravídica é a mais evidente alteração de pigmentação na gravidez e apresenta-se como uma mancha acastanhada, cujo pode haver regressão parcial ou completa do escurecimento que ocorre, gradualmente, logo após a gravidez. Melasma é uma discromia adquirida, caracterizada pelo aparecimento de manchas hipercrômicas que ocorrem em áreas fotoexpostas (Urasaki, 2018).

É importante descrever também que a gravidez contribui para o desenvolvimento precoce do processo varicoso, pela compressão dos vasos venosos pélvicos e abdominais,

pelo aumento hormonal e de líquidos circulantes maternos fetais. As varizes, ou veias varicosas são veias dilatadas, com volume aumentado, tornando-se tortuosas e alongadas com o decorrer do tempo. Os distúrbios varicosos acometem aproximadamente, 40% das grávidas (Ranzi & Souza, 2013).

As terapêuticas realizadas no período gravídico se bem aplicados, contribuem de forma significativa na prevenção e melhoria das disfunções estéticas promovidas da gestação. O planejamento do tratamento para a grávida deve ser cauteloso, sendo de extrema importância se ter o conhecimento das alterações fisiológicas esperadas para a fase gravídica para que os procedimentos sejam feitos com eficiência e segurança. O período gestacional exige cuidados na aplicação desses tratamentos, para assegurar a sua efetividade, e garantir a segurança da gestante e do feto (Frielink, Schuengel, Kroon & Embregts, 2015).

Com base no que foi retratado acerca da possibilidade de ocorrer alterações decorrentes no período gestacional, questiona-se: Quais as principais alterações estéticas que podem ser averiguadas na gravidez. A presente pesquisa tem como objetivo identificar as principais alterações estéticas durante o período gestacional. Para atingir esta finalidade, foi realizada uma revisão integrativa da literatura.

2. Metodologia

Esta pesquisa caracteriza-se como sendo uma revisão integrativa do tipo quantitativa e qualitativa. A revisão integrativa da literatura corresponde a um método que possui como objetivo sintetizar resultados alcançados em estudos acerca de um determinado tema ou questão, de modo sistemático, estruturado e abrangente. É intitulada integrativa porque oferece informações mais extensas sobre um assunto/problema, estabelecendo, assim, um corpo de conhecimento. Dessa maneira, o revisor/ pesquisador pode desenvolver uma revisão integrativa com propósitos distintos, podendo ser voltada para a definição de conceitos, revisão de teorias ou análise metodológica das pesquisas contidas em um tópico particular (Ercole, Melo & Alcoforado, 2014).

Os métodos qualitativos e quantitativos não se excluem, e são importantes para a compreensão e a quantificação dos aspectos lógicos e fundamentais de um fato ou fenômeno pesquisado. A abordagem quantitativa deve ser implementada com rigor de estudo a um plano preliminarmente estabelecido, com hipóteses e variáveis determinadas pelo pesquisador. Esse tipo de pesquisa possui a finalidade de enumerar e medir eventos de modo objetivo e preciso. A pesquisa qualitativa não possui a finalidade de quantificação, mas sim ao direcionamento

para a implementação de pesquisas que almejam respostas que possam compreender, caracterizar e interpretar os fatos. Ela possibilita ao pesquisador a manutenção do contato direto e participativo com o objeto de estudo (Proetti, 2017).

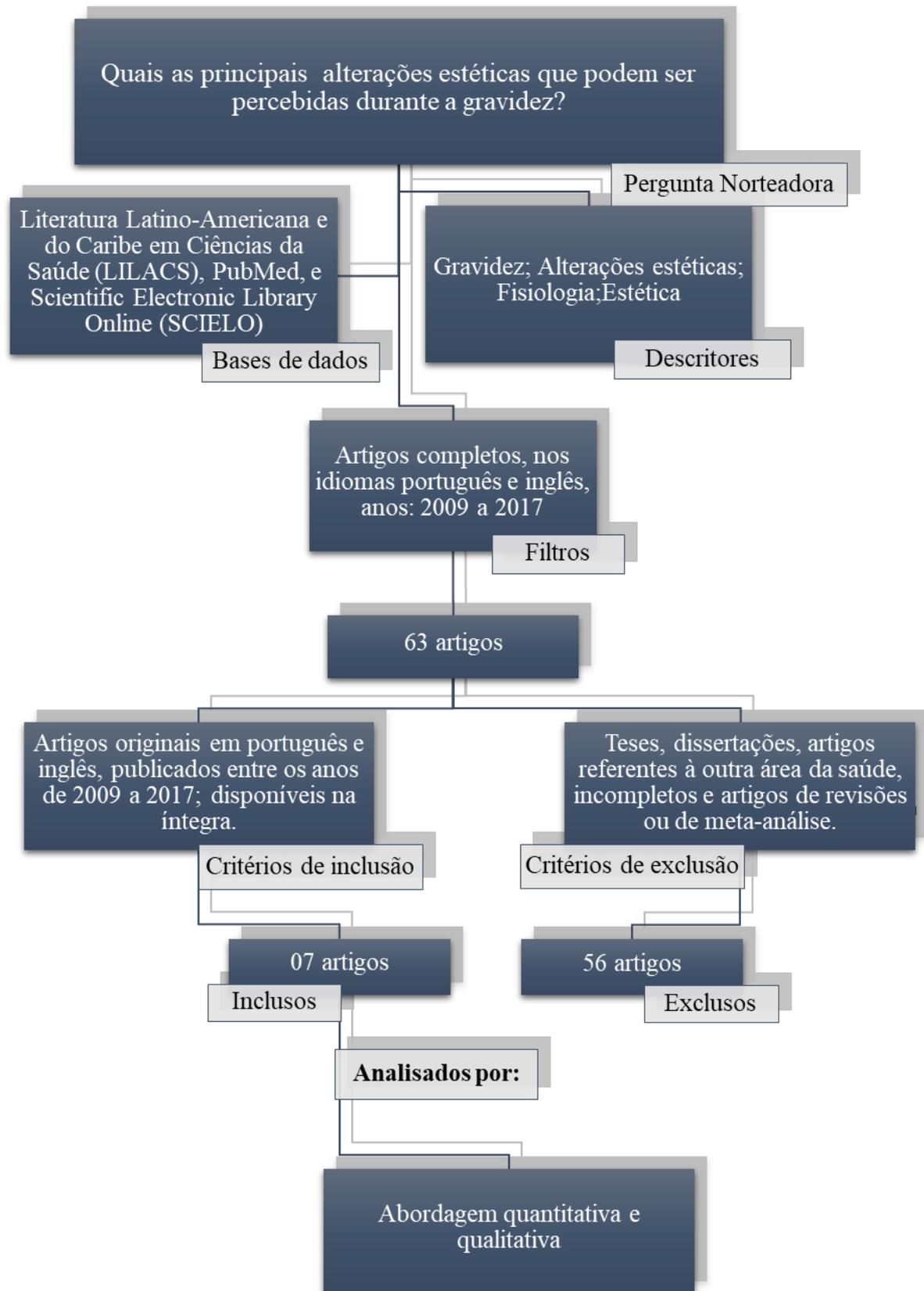
O levantamento bibliográfico foi realizado entre os meses de janeiro a outubro de 2019, no qual foi utilizada a base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), PubMed, *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com o emprego das palavras-chave: Gravidez; Alterações estéticas; Fisiologia e Estética, utilizando o operador booleano “AND” para instrumentalizar a busca das publicações.

Os critérios de inclusão dos artigos selecionados foram: artigos originais com a presença de pesquisa de campo de acordo com a temática do trabalho, escritos nos idiomas português e inglês, publicados entre os anos de 2009 a 2017; disponíveis na íntegra de forma gratuita em acervo online. Foram excluídos da amostra artigos referentes à outra área de estudo, incompletos e que se caracterizassem como revisões integrativas, sistemáticas, bibliográficas ou de meta-análise.

No que diz respeito aos dados, eles foram tratados por meio de estatística descritiva, com a utilização dos programas *Microsoft Word 2010* e *Microsoft Office Excel 2010* para organização dos dados e obtenção das frequências simples, que foram apresentados por meio de tabelas e mapa conceitual, analisados e discutidos com base na temática escolhida para essa pesquisa.

A Figura 1 apresenta por meio do mapa conceitual, o procedimento para a pesquisa das publicações presentes na literatura, possibilitando a seleção dos artigos que em seguida foram analisados para fundamentar essa pesquisa. Inicialmente, foi realizada uma leitura dos resumos dos artigos e com isso, foram selecionados de acordo com os filtros aplicados e descritores determinados nos critérios pré-estabelecidos para refinar a amostra. Sendo assim, os dados foram organizados com base no problema de pesquisa, nome dos periódicos, descritores, país, ano de publicação, idioma e abordagem da pesquisa.

Figura 1 – Mapa Conceitual.



Fonte: Autores.

3. Resultados e Discussão

A partir dos descritores selecionados, foram encontrados 63 artigos, mas, com a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram eliminados 56 artigos. Dessa forma, restaram-se 07 artigos com base na temática central da pesquisa e que cumpriram com os critérios pré-estabelecidos para análise e discussão dos resultados. A Tabela 1 a seguir apresenta a relação de artigos selecionados para a análise, de acordo com a sua titulação, o nome dos respectivos autores, ano e país.

Tabela 1 – Relação de artigos selecionados para análise. João Pessoa – PB.

<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano</i>	<i>País</i>
<i>Um estudo clínico de alterações cutâneas na Gravidez</i>	Panicker, Riyaz & Balachandran	2017	Índia
<i>Fotoproteção, melasma e qualidade de vida em gestantes</i>	Purim & Avelar	2012	Brasil
<i>Alterações dermatológicas na gravidez</i>	Mendes, Pinon & Pacheco	2011	Brasil
<i>Alterações fisiológicas da pele percebidas por gestantes assistidas em serviços públicos de saúde</i>	Urasaki	2010	Brasil
<i>Alterações fisiológicas na percepção de mulheres durante a gestação</i>	Costa, Pinon, Costa, de Araújo Santos, Nóbrega & de Sousa	2010	Brasil
<i>Gestação e varizes de membros inferiores: prevalência e fatores de risco</i>	Barros Jr, Perez, de Amorim & Junior	2010	Brasil
<i>Estrias de distensão na gravidez: fatores de risco em primíparas</i>	Maia, Marçon, Rodrigues & Aoki	2009	Brasil

Fonte: Autores.

No que se refere à quantidade de artigos encontrados, foi constatado de acordo com a pesquisa, que a maioria dos estudos pertence ao ano de 2010.

- 2009 a 2015: 6 artigos
- 2016 a 2019: 1 artigo

Na Tabela 2, foram distribuídas as revistas pelas quais foram publicados os artigos selecionados e as porcentagens das publicações referentes a cada revista.

Tabela 2 – Distribuição dos artigos por periódicos (n=07). João Pessoa – PB.

Revistas	N	%
Journal of Epidemiology and Global Health	1	14,28
Revista Brasileira de ginecologia e obstetrícia	1	14,28
Revista Para. Med.	1	14,28
Revista Acta Paulista de Enfermagem	1	14,28
Rev. Rene. Fortaleza	1	14,28
Journal Vascular	1	14,28
Anais Brasileiro de Dermatologia.	1	14,28
Total	7	100

Fonte: Autores.

De acordo com a Tabela 2, todos os periódicos apresentaram apenas um artigo (14,28%). Com relação à distribuição metodológica dos artigos nas modalidades país, idioma, abordagem, tipos, corte e base de dados, a Quadro 1 demonstra que todos os artigos são estudos de campo, de abordagem quantitativa, corte longitudinal, com predominância da língua portuguesa.

Quadro 1 – Distribuição metodológica dos artigos (n=07). João Pessoa – PB.

Variáveis		N	%
País	Brasil	6	85,68
	Índia	1	14,28
Idioma	Português	6	85,68
	Inglês	1	14,28
Abordagem	Quantitativa	6	85,68
	Qualitativa	1	14,38
Tipos	Estudo de Campo	7	100%
Corte	Longitudinal	7	100%
Base de dados	BVS	7	100%

Fonte: Autores.

Na Tabela 3 estão representados os dados demográficos dos artigos selecionados para o estudo. Conforme demonstrado na tabela abaixo, no qual todas são do sexo feminino e da faixa etária de 18-38 anos.

Tabela 3 – Dados demográficos dos participantes dos artigos selecionados. João Pessoa – PB.

Autores	Nº de participantes	Faixa etária	Sexo
Panicker, Riyaz & Balachandran	600	18-38 anos	Feminino
Purim& Avelar	109	18-45 anos	Feminino
Mendes, Pinon & Pacheco	109	18-49 anos	Feminino
Urasaki	124	18-41 anos	Feminino
Costa et al.,	20	20-35 anos	Feminino
Barros Jr, Perez, de Amorim & Junior	352	Não discriminado	Feminino
Maia, Marçon, Rodrigues & Aoki	164	18-35 anos ou mais	Feminino

Fonte: Autores.

A Quadro 2 evidencia quais foram os objetivos dos artigos selecionados e os resultados encontrados por cada autor dos artigos escolhidos referente às alterações estéticas da gravidez.

Quadro 2 – Discriminação dos objetivos e resultados (n=07). João Pessoa – PB.

Autores	Objetivo	Resultados
Panicker, Riyaz & Balachandran	Estudar as várias alterações cutâneas da gravidez e conhecer a proporção dessas manifestações cutâneas em gestantes.	A hiperpigmentação foi a manifestação cutânea mais comum seguida pela estria gravídica;
Purim & Avelar	Avaliar hábitos de exposição solar e fotoproteção entre gestantes de um hospital público.	Puérperas apresentavam melasma. A média do escore do MELASQol-PB (25) apontou impacto negativo na qualidade de vida dessas pacientes.
Mendes, Pinon & Pacheco	Analisar a incidência das alterações dermatológicas na gravidez.	A incidência de alterações dermatológicas foi de 100% nas pacientes analisadas. Hiperchromias foram as alterações fisiológicas mais incidentes.
Urasaki	Descrever as alterações de pele percebidas por gestantes durante o período gestacional.	- Mudanças na pele, durante o período gestacional; As alterações mais citadas foram as manchas, alterações vasculares e estrias.
Costa et al.,	Apreender as percepções de gestantes sobre as alterações fisiológicas da gestação.	- Aumento de peso, das mamas e do abdome.
Barros Júnior et al.,	Verificar a prevalência das varizes dos membros inferiores em gestantes e os fatores de risco mais relevantes envolvidos.	Prevalência da doença varicosa, quando considerados todos os tipos de varizes.
Maia et al.,	Avaliar em primíparas os supostos fatores de risco para o aparecimento de estrias.	Foram desenvolvidas estrias durante a gestação; - Associação entre a faixa etária materna o peso materno adquirido durante a gestação e o peso de

		recém-nascido com o aparecimento de estrias na gestação.
--	--	--

Fonte: Autores.

Com base nos estudos de Urasaki (2010), foi constatado que no que diz respeito à investigação acerca das alterações de pele percebidas pelas gestantes, foi constatado que a maioria das mulheres, 113 (91,2%) observou modificação em sua pele e fâneros e a minoria 11 (8,8%), não percebeu qualquer alteração. Esses achados são confirmados no estudo de Mendes, Pinon & Pacheco (2011), no qual averiguaram que a incidência de alterações dermatológicas foi um total de 100% nas pacientes analisadas. Os achados dermatológicos mais frequentes durante a gravidez foram às modificações fisiológicas com 93,6%, sendo as hiperpigmentações as alterações fisiológicas mais incidentes, correspondendo 92,6% destas.

Segundo os estudos de Panicker, Riyaz & Balachandran (2017), alterações cutâneas foram constatadas na maioria das pacientes da pesquisa, sendo as alterações fisiológicas as consideradas mais comuns (99%). A manifestação cutânea mais comum foi a hiperpigmentação (87,6%), seguida pela estria gravídica (72,8%). Outras alterações foram vasculares, incluindo edema de pedal (10%), gengivite na gravidez (1,8%) e varizes (1%). As infecções foram o problema dermatológico comum neste grupo de estudo. As infecções mais comuns foram candidíase vulvovaginal (21%), tinea versicolor (6%), sarna (2,8%), dermatofitose (1,5%) e infecção sexualmente transmissível (0,5%). Dermatoses consideradas específicas foram averiguadas em 12 casos (2%), sendo as mais comuns as pápulas urticariformes pruriginosas e as placas da gravidez (1,3%).

As estrias são consideradas uma das alterações percebidas pela gestante durante a gravidez, devido a elasticidade da pele e aumento de peso. De acordo com as pesquisas de Maia et al (2009), o aparecimento de estrias durante a gravidez procedeu em 79,6% das 54 gestantes com menos de 19 anos e em 62,5% das 72 mulheres com a faixa etária entre 20 e 25 anos. Essa proporção foi diminuída a medida que a faixa etária foi elevada. As estrias também ocorreram em 50,0% das mulheres que obtiveram até 15 quilos durante a gravidez e em 75,0% das mulheres que adquiriram 15 quilos ou mais durante a gestação, isso significa que o aumento de peso na gestação possui uma significativa relação com o desenvolvimento de estrias nas mulheres. Ademais, 80,0% das mães que deram a luz a bebês com mais de 3,5kg, desenvolveram estrias durante a gravidez. Devemos ressaltar que as pacientes que obtiveram

estrias na gestação (59,8%), foram as gestantes jovens que as apresentaram em maior número e intensidade.

O aumento de peso na gestação é considerado um fator comum e normal entre as mulheres, sendo essa uma das alterações mais perceptíveis esteticamente. Nessa perspectiva, de acordo com Costa et al (2010), o discurso do sujeito coletivo menciona a certeza do ganho de peso durante a gravidez, processo considerado natural durante a gestação em decorrência do aumento das necessidades nutricionais e metabólicas maternas para o correto desenvolvimento e crescimento fetal, possibilitando com que a gestante adquira seu peso aumentado. No entanto, logo após o parto, as mulheres costumam a voltar as condições corpóreas que possuíam anteriormente. Ademais os autores ainda relatam que outras alterações foram percebidas, dentre elas: aumento do volume das mamas no terceiro semestre e aumento da região abdominal no segundo e terceiro trimestre.

Além do desenvolvimento de varizes e do aumento de peso constatados durante o período gestacional, outra alteração estética averiguada corresponde ao aparecimento de varizes. Com base nos estudos de Barros Júnior et al (2010), existem alguns fatores de risco mais relevantes para o desenvolvimento de varizes durante a gestação, dentre eles, a idade, o número de gestações e antecedente familiar. A prevalência significativa da doença varicosa durante a gestação, a etiopatogenia e os fatores de risco associados (principalmente a idade e o antecedente familiar) no surgimento desta doença aponta a necessidade do emprego de mecanismos profiláticos adequados que devem ser recomendados desde a fase inicial da gestação e desde a primeira gestação, possibilitando assim a manutenção da saúde da gestante e a do concepto.

Outra alteração estética averiguada na gravidez diz respeito ao ME, que deve receber atenção por parte dos profissionais da área da saúde, uma vez que desencadeia incômodo nas gestantes e até mesmo constrangimento. Segundo os estudos de Purim & Avelar (2012), o ME foi compreendido como sendo uma dermatose obtida, particularizada por manchas hiperpigmentadas irregulares, de extensão e tonalidades distintas, localizadas no rosto. Entre as 25 puérperas (22,9%), portadoras de ME, foram destacadas a frustração e o constrangimento, representando um grau de incômodo causado pela dermatose.

Ainda na perspectiva dos autores supracitados, 66% das puérperas não receberam informação durante o pré-natal acerca dos riscos da exposição solar durante a gravidez. Porém, as gestantes que obtiveram orientação no pré-natal acerca dos horários de exposição solar demonstraram uma tendência a utilização diária de protetor solar. Nesse contexto, os médicos possuem uma atribuição relevante não só na assistência como também no que diz

respeito às medidas preventivas em relação a fotoproteção e de outros cuidados destinados à pele na gestação e puerpério, para diminuir o medo e a ansiedade das alterações corporais e psicológicas. Isso significa que as gestantes devem procurar receber as respectivas orientações para que essas alterações estéticas sejam reduzidas durante o período gestacional, beneficiando a autoestima da gestante e o crescimento sadio da criança.

4. Considerações Finais

Diversas alterações estéticas podem ser constatadas durante o período gestacional, dentre elas, o ME, aumento do volume das mamas, aumento de peso, desenvolvimento de estrias, surgimento de varizes e ME. O impacto negativo dessas modificações pode ser reduzido quando essas gestantes recebem as orientações adequadas pelos profissionais da área da saúde, quando possuem o acompanhamento adequado durante toda a gravidez. Isso significa também que deve existir interesse por parte dessas mulheres em desde o início da gestação procurar os cuidados necessários para se prevenirem contra as modificações estéticas negativas que podem ser desencadeadas.

Caso as gestantes obtenham o respectivo cuidado preliminar antes do aparecimento das alterações estéticas mencionadas no decorrer desse estudo, o impacto provavelmente será menor e após o parto, o retorno do peso, por exemplo, será alcançado mais facilmente. Sabendo-se que as alterações fisiológicas e estéticas presentes durante a gravidez são variadas, também se deve destacar que nas gestantes, devido aos acontecimentos no seu próprio corpo e mudanças exteriores que ocorrem durante os nove meses, as gestantes podem necessitar de aparato psicológico mesmo após o nascimento de seus filhos.

Apesar das limitações referentes às alterações estéticas encontradas nos estudos selecionados, este estudo possuiu como objetivo identificar tais modificações decorrentes do período gestacional. Sugere-se que outras pesquisas sejam desenvolvidas para investigar esse assunto, assim como o impacto dessas modificações na pele e o impacto dessas diversas modificações no psicológico das gestantes.

Referências

Alves, G. F, Varella, T. C & Nogueira, L. S. (2005). Dermatologia e Gestação. Anais Brasileiros de Dermatologia, Distrito Federal, 80(2), 179- 186.

Brasil. Ministério da Saúde. *Gestação de alto Risco Manual Técnico*, 5º ed; editora MS, Brasília-DF, 2010. Recuperado de <www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CC0QFjAA&url=http%3A%2F%2Fbvvsms.saude.gov.br%2Fbvvs%2Fpublicacoes%2Fgestacao_alto_risco.pdf&ei=0cZzU82OF4OAqgaZ8YKgDw&usg=AFQjCNHVFk4ev-HFEF1zQ4SNysctCvFXKQ&sig2=qd_syzTsSnTablbuuRQ6Yg&bvm=bv.66699033,d.b2k&cad=rja>

Brenner, F. M., Rosas, F. M. B., Gadens, G. A., Sulzbach, M. L., Carvalho, V. G., & Tamashiro, V. (2012). Acne: um tratamento para cada paciente. *Revista de Ciências Médicas*, 15(3).

Barros Jr, N. D., Perez, M. D. C. J., de Amorim, J. E., & Junior, F. M. (2010). Gestã e Varizes de Membros Inferiores: Prevalência e Fatores de Risco. *Jornal Vascular Brasileiro*, 9(2).

Costa, E. S., Pinon, G. M. B., Costa, T. S., de Araújo Santos, R. C., Nóbrega, A. R., & de Sousa, L. B. (2010). Alterações fisiológicas na percepção de mulheres durante a gestação. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, 11(2), 86-93.

Da Silva, M. C., & Mejia, D. P. M. (2013). Gestação: Benefícios da drenagem linfática no terceiro trimestre da gravidez.

Ercole, F. F., Melo, L. S. D., & Alcoforado, C. L. G. C. (2014). Revisão integrativa versus revisão sistemática. *Revista Mineira de Enfermagem*, 18(1), 9-12.

Fonseca, F. D., Pires, J. L. V. R., Magalhães, M. G., Paiva, F. A., Sousa, C. T., & Bastos, V. P. D. (2009). Estudo comparativo entre a drenagem linfática manual e atividade física em mulheres no terceiro trimestre de gestação. *Fisioterapia ser*, 4(4), 225-33.

Frielink, 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.

Maia, M., Marçon, C. R., Rodrigues, S. B., & Aoki, T. (2009). Estrias de distensão na gravidez: fatores de risco em primíparas. *Anais Brasileiros de Dermatologia*, 84(6), 599-605.

Mendes, A. M. D., Pinon, A. S., & Pacheco, M. P. (2011). Alterações dermatológicas na gravidez. *Rev. para. med.* 25(4).

Panicker, V. V., Riyaz, N., & Balachandran, P. K. (2017). A clinical study of cutaneous changes in pregnancy. *Journal of epidemiology and global health*, 7(1), 63-70.

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.

Proetti, S. (2018). As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: Um estudo comparativo e objetivo. *Revista Lumen-ISSN: 2447-8717*, 2(4). Disponível em: <www.periodicos.unifai.edu.br/index.php/lumen/article/view/60> Acesso em: 20 de nov.2019.

Ranzi, M.C., Souza, A.W. Tratamentos estéticos mais eficazes para minimizar as alterações decorrentes da gravidez. (2013). Recuperado de <<https://tcconline.utp.br/media/tcc/2017/05/tratamentos-esteticos-mais-eficazes-para-minimizar-as-alteracoes-decorrentes-da-gravidez.pdf>>

Urasaki, M. B. M. (2010). Alterações fisiológicas da pele percebidas por gestantes assistidas em serviços públicos de saúde. *Acta Paulista de Enfermagem*, 23(4), 519-525.

Urasaki, M. B. M. (2018). Conhecimento, atitude e prática da equipe de saúde sobre melasma na gravidez. *Avances enEnfermería*, 36(1), 40-49.

Zamprônio, F. P. C. (2012). Atuação da fisioterapia dermato-funcional das disfunções estéticas decorrentes da gravidez. Recuperado de <<http://bibliodigital.unijui.edu.br>>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Andriely Mayara Almeida Garcia – 50%

Fernando Soares da Silva Neto – 30%

Giovanna Pontes Vidal – 20%