

**A PROCURA PELA PERFEIÇÃO: PADRÕES DE BELEZA INALCANÇÁVEIS EM
UMA SOCIEDADE ADOECIDA**

**THE SEARCH FOR PERFECTION: UNACHIEVABLE BEAUTY STANDARDS IN
AN ILLNESS SOCIETY**

Ligia de Souza BRITO

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8190-3046>

Instituto Educacional Santa Catarina Faculdade Guarai (IESC/FAG)

E-mail: ligiaasbr@gmail.com

Giullia Bianca Ferraciolli COUTO

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9768-778X>

Instituto Educacional Santa Catarina Faculdade Guarai (IESC/FAG)

Email: giullia.couto@iescfag.edu.br

Layne Katrycia Souza LOPES

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7914-7918>

Instituto Educacional Santa Catarina Faculdade Guarai (IESC/FAG)

Email: layne.lopes@iescfag.edu.br

Juliane Marcelino dos Santos SANTANA

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2059-1069>

Instituto Educacional Santa Catarina Faculdade Guarai (IESC/FAG)

Email: juliane.santana@iescfag.edu.br

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14201389>

RESUMO

O presente trabalho, trata-se de uma pesquisa bibliográfica onde tem como objetivo relatar sobre a busca incessante em está enquadrado nos padrões de beleza impostos pela sociedade, destacando as consequências que essa procura acarreta, como também, os seus impactos na saúde física e mental. Descrevendo sobre as diversas facetas relacionadas à autoestima, que por sua vez, é altamente influenciável, especialmente com a forte presença da mídia, que promove um ideal de beleza irreal e editado. Onde através de embasamento teórico busca-se fundamentar e sistematizar toda a construção desse trabalho, proporcionando uma ideia condensada sobre o tema abordado. Por fim, explora-se sobre a evolução dessa busca obstinada por uma beleza universal e uniformizada, concluindo com a convicção de que a beleza é subjetiva e cada individuo possui a sua singularidade e particularidade, e essa necessidade em se adequar pode resultar em grandes problemas.

Palavras-chave: Saúde. Beleza. Autoestima.

ABSTRACT

The present work is a bibliographical research which aims to report on the incessant search for beauty standards imposed by society, highlighting the consequences that this search entails, as well as its impacts on physical and mental health. . Describing the various facets related to self-esteem, which in turn, is highly influenceable, especially with the strong presence of the media, which promotes an unrealistic and edited ideal of beauty. Where, through theoretical basis, we seek to substantiate and systematize the entire construction of this work, providing a condensed idea about the topic addressed. Finally, the evolution of this obstinate search for universal and uniform beauty is explored, concluding with the conviction that beauty is subjective and each individual has their own uniqueness and particularity, and this need to adapt can result in major problems.

Key-words: Health. Beauty. Self-esteem.

INTRODUÇÃO

O padrão de beleza varia de um país para o outro. No Brasil, homens altos, com corpo musculoso e mandíbula definida são vistos como atraentes. Para as mulheres, espera-se que sejam magras, com corpo levemente tonificado, cabelos lisos, sem manchas ou espinhas. Muitas pessoas procuram alcançar um padrão de corpo ideal que, na prática, não é alcançável, pois percebe-se que os indivíduos focam físico, a aparência, que está voltado para um corpo malhado, uma pele jovem, cabelos hidratados, rosto bem cuidado, que transpareça um sistema padronizado (Anjos et al., 2021).

A mídia nos apresenta uma versão distorcida da realidade, levando as pessoas a se autocriticarem, e conseqüentemente, aumentar o risco de transtornos alimentares. A idealização do corpo através da mídia é um dos pilares, trazendo impactos negativos e conciliando com os transtornos alimentares (Duarte et al., 2024).

Segundo o jornal da USP: o Brasil é líder mundial no ranking de cirurgias plásticas em jovens, acredita-se que os motivos sejam a insatisfação com a própria imagem onde há uma busca constante para se adequarem aos padrões existentes, resultando em transtornos psicológicos e danos à saúde. “Para o psicólogo, as redes sociais desempenham um papel importante nesse processo de insatisfação (Lourenço, 2021).

Este artigo tem como objetivo alertar a sociedade sobre os prejuízos que a busca obsessiva por um padrão de beleza causam, além de mostrar os aspectos negativos e os riscos das modificações corporais, a fim de evitar a romantização de cirurgias desnecessárias e arriscadas.

METODOLOGIA

Este artigo consiste em uma pesquisa descritiva, de natureza qualitativa, com base principal em uma revisão de literatura. A pesquisa bibliográfica foi conduzida com base em material previamente publicado, composto por artigos científicos.

Para a elaboração deste estudo, as informações essenciais foram obtidas por meio de diversos trabalhos científicos em português, selecionando-se 30 artigos previamente publicados entre 2019 e 2024. As bases de dados consultadas foram Google Acadêmico, Scielo, Lilacs e Medline.

Os artigos selecionados pela estratégia de busca foram avaliados de maneira independente pelo pesquisador (autor), seguindo rigorosamente os critérios de inclusão.: texto de forma íntegro, data de publicação, temas que seguem a temática principal do artigo e idioma (português, inglês e espanhol).

Tabela 1 - Distribuição dos artigos localizados, excluídos e selecionados nas bases eletrônicas de dados - Brasil - 2019 a 2024

Base de dados	Localizados	Excluídos	Amostra final
Google acadêmico	136	126	10 (7%)
LILACS	57	52	05 (9%)
Medline	73	66	07 (10%)
SciELO	115	107	08 (7%)
Total	381	351	30 (8%)

* dados numéricos em percentagem arredondados

Fonte: Própria Autora, 2024

REVISÃO DE LITERATURA

Desde tempos antigos a estética sempre desempenhou um papel significativo na sociedade, mas foi a partir do século XX que a mídia se tornou mais influente, estabeleceu padrões de beleza que se alteram conforme a cultura e período histórico (Santos *et al.*, 2020).

Ao longo da história, houve uma evolução nas cirurgias plásticas, começando com procedimentos rudimentares no século XIX, que eram muitas vezes arriscados e dolorosos, mas foi somente no século XX que técnicas como anestesia e antibióticos foram introduzidas, tornando os procedimentos mais seguros. Hoje, com os avanços significativos, tecnologia de última geração e médicos altamente especializados, as cirurgias plásticas oferecem uma variedade de opções para modificar e aprimorar o corpo e rosto (Santos *et al.*, 2020).

Foi no contexto histórico marcado pela primeira guerra mundial em que se desenvolveram e aperfeiçoaram técnicas voltadas a reparação das lesões na face, nariz e mandíbulas, diante das deformidades sofridas pelos soldados atingidos pelas armas utilizadas em combate. (PEREIRA *et al.*, 2022).

Após a Segunda Guerra Mundial a estética se destaca como um dos aspectos mais significativos na vida de muitos indivíduos, o contexto social coloca grande ênfase na estética, especialmente em um país onde a aparência é valorizada, tanto nas relações pessoais, quanto no mercado de trabalho. Pois a cultura dos últimos tempos mostrou certa veneração a beleza, estabelecendo um modelo padrão para o corpo (Ferreira *et al.*, 2024).

Estudos mostram que podemos observar que a importância da aparência tem impacto significativo atualmente, levando muitas pessoas a optarem por procedimentos estéticos invasivos e não invasivos. Procedimentos não invasivos não requerem a inserção de instrumentos ou substâncias no corpo, enquanto os procedimentos invasivos envolvem a penetração do organismo com instrumentos cirúrgicos, conforme é típico na cirurgia plástica (Ferreira *et al.*, 2024).

A autoestima sempre foi algo vulnerável, mas hoje em dia, com os incessantes ideais e julgamentos da sociedade, é ainda mais difícil mantê-la estável. Atualmente, tanto homens quanto mulheres têm uma forte inclinação para mudanças, que vão desde cortes

de cabelo até alterações mais drásticas no visual. Portanto, em busca dessa autoestima homens e mulheres tem demonstrado um interesse crescente pela aparência e estética corporal (OLIVEIRA et al., 2022).

No entanto, essa busca por mudança evoluiu para algo mais intrusivo, com pessoas optando por modificar não apenas o estilo, mas também características faciais e corporais, como formato do rosto, tamanho dos lábios, nariz e até mesmo recorrendo a cirurgias para alterar o corpo, como aumentar ou reduzir os seios, a barriga e o bumbum, podendo ser causada pelo grande volume de informações disponíveis hoje em dia pode intensificar o desejo por esses padrões de beleza inatingíveis.

A preocupação com a autoimagem corporal tem crescido, pois a beleza adquiriu um significado de aceitação ou rejeição social. Essa preocupação com os padrões estéticos em níveis excessivos tem surgido devido à cultura da “boa forma” e às inúmeras propagandas que associam o corpo perfeito ao sucesso (PINHEIRO et al., 2020).

Na era da ansiedade e da sobrecarga de informações, a autoestima é frequentemente escassa. Raramente alguém hoje em dia se sente completamente bem consigo mesmo ou ama todas as partes de si. É comum que as pessoas se julguem e se comparem com os outros, sempre encontrando pelo menos um defeito em si. Comparar-se é uma prática comum entre os humanos, muitas vezes, almejam melhorias em suas vidas, mas quando aspiram por algo inatingível, podem se sentir fracassados e incapazes, prejudicando sua autoestima e o bem-estar físico e mental (Brasil et al., 2022).

Vale ressaltar que a pressão social em torno da busca pela perfeição está causando um impacto devastador na saúde mental das pessoas, levando também ao surgimento de transtornos alimentares como anorexia e bulimia. O constante bombardeio de padrões irreais de beleza está distorcendo como as pessoas veem a si mesmas, resultando em consequências graves para sua saúde física e psicológica.

Estudos mostram que a mídia está associada ao perfeccionismo, insatisfação corporal e baixa autoestima, diretamente para o surgimento de transtornos alimentares como anorexia e bulimia (Lopes et al., 2021).

A anorexia nervosa é um transtorno alimentar caracterizado pela recusa em se alimentar, apesar da preservação da sensação de fome, motivada pelo temor do ganho de peso que, frequentemente, esta associada à prática excessiva de atividades físicas visando reduzir a ingestão calórica. Já a bulimia nervosa também vem acompanhada de uma grande insatisfação corporal, mas vem acompanhada de uma compulsão pela comida e após a refeição se arrependem tendo como solução punições como o uso de laxantes, forçar o vômito e atividades físicas para evitar o ganho de peso (Timerman, 2021).

Os transtornos alimentares apresentam diversos riscos significativos para a saúde, incluindo a perda acentuada de massa muscular, desnutrição e distúrbios cardiovasculares, entre outros problemas associados. Esses fatores podem comprometer gravemente o bem-estar físico e mental dos indivíduos afetados (Timerman, 2021).

Na sociedade atual as pessoas estão sendo fortemente criticadas. Corpos muito magros são considerados repulsivos, assim como os corpos acima do peso. As pessoas se sentem à vontade para expressar suas opiniões, mesmo que isso seja inconveniente e possa afetar os outros. Esses comentários têm causado uma série de problemas para aqueles que não se encaixam nos padrões, levando muitos a adotar medidas extremas, como dietas rigorosas e jejum intermitente, o que pode resultar em graves problemas de

saúde. A incidência desses casos está relacionado a prática de maus hábitos e exigências corporais influenciadas pela cultura (Ribeiro et al., 2022).

As redes sociais são espaços que se dividem em duas vertentes: para alguns, é uma ferramenta essencial para trabalho e produtividade, enquanto para outros é uma fonte de entretenimento e passatempo. Pesquisas revelam que as empresas adotaram as redes sociais como canais de comunicação e marketing, o que fortaleceu a conexão com seu público-alvo (Castro *et al.*, 2019).

Algumas pessoas utilizam esta rede como uma plataforma para divulgar seu trabalho, compartilhando suas realizações e projetos. Enquanto isso, outras optam por trabalhar exclusivamente na rede como influenciadores digitais, cujo foco principal é influenciar e inspirar outros, além de promover produtos e marcas, mostrando suas rotinas, corpo e estilo de vida (Ramos *et al.*, 2021).

Essas pessoas geralmente compartilham uma versão idealizada de suas vidas, exibindo corpos e rostos aparentemente perfeitos que despertam inveja e desejo em outros. No entanto, muitas vezes o que é exibido não é natural, mas sim resultado de intervenções cirúrgicas, procedimentos estéticos, edições e filtros. O mundo virtual estimula muito as fantasias, algumas completamente fora do contexto da realidade, podendo contribuir para a alienação total das pessoas com sérios riscos para sua saúde física, mental e social (Silva, 2021).

Muitas imagens compartilhadas nas redes sociais passam por edições extensivas e aplicação de filtros, resultando em uma representação artificial, quase como uma figura de porcelana, sem uma única imperfeição visível no rosto ou no corpo, o uso de filtros se tornou tão generalizado hoje em dia que é incomum encontrar uma foto ou vídeo sem algum tipo de filtro aplicado. Estes mostram uma certa dependência da população pelo uso dos filtros (Motta, 2023).

As principais fontes dessas influências são plataformas como o Instagram e o TikTok, onde pessoas exibem sua beleza com filtros e cirurgias, levando os espectadores a desejarem um padrão “natural” e sem defeitos como o delas.

Vivemos em uma era onde as redes sociais, principalmente o Instagram, possuem um papel fundamental na construção do padrão contemporâneo. O Instagram não só disseminou um novo ideal de beleza, como também propagou, através de suas ferramentas, os tipos de alterações físicas desejadas, afetando a subjetividade das mulheres ao influenciar nos incômodos das usuárias com a própria aparência.” (Motta, 2023)

Com o surgimento das cirurgias faciais e corporais, começou uma era de transformações que dificultou distinguir entre o natural e o cirúrgico. Sem considerar as implicações, as pessoas passaram a identificar falhas em seus próprios corpos e tentar corrigi-las. Assim, o conceito de naturalidade tornou-se estranho, uma vez que existe uma solução para quase tudo, pois um nariz mais arredondado é agora considerado como desagradável, enquanto os narizes refinados por meio de intervenções são vistos como o padrão ideal (Lopes *et al.*, 2021)

Os padrões de beleza são inatingíveis e mutáveis. Mesmo que alcancem um ideal momentâneo, logo ele será substituído, deixando-os sempre insatisfeitos. Os conceitos de beleza são mutáveis e foram se adaptando ao longo da história, conforme a economia, as pessoas, a cultura e a sociedade de cada época (SILVA, 2022)

Existem também o uso de produtos nocivos como o PMMA, utilizado para preenchimentos estéticos. Sua nocividade já foi comprovada, esse produto não deveria ser empregado devido ao elevado risco de danos à saúde das pessoas, levando à perda

de partes do corpo e até deformidades faciais. A Anvisa autoriza o uso de PMMA somente por profissionais habilitados em pequenas quantidades e deve ser utilizado para um público específico, como em pacientes com HIV, classificando o produto como de classe IV, indicando alto risco (Anvisa, 2022).

A alta demanda por esse produto é impulsionada pelo seu excelente custo-benefício, já que sua acessibilidade financeira torna o procedimento mais acessível para os clientes (Cordeiro *et al.*, 2023).

Segundo pesquisas recentes, o Brasil se encontra em segundo lugar no ranking internacional de realizações de cirurgias plásticas. Ainda divulgado pelo estudo, 61,8% das mortes no país ocorreram devido somente à lipoaspiração (Salie, 2023).

Considerando as limitações financeiras, nem todos têm os recursos necessários para realizar um procedimento em uma clínica segura e seguir adequadamente o período pós-operatório, com o acompanhamento ideal, pois é necessário alguns cuidados após qualquer cirurgia para evitar possíveis complicações (Shibuta *et al.*, 2021).

O que traz as complicações cirúrgicas e muitas vezes, essas complicações não são um risco necessário. Para contornar essa questão, algumas pessoas recorrem a meios secundários, como clínicas estrangeiras e enganações, seduzidas por preços mais baixos. Infelizmente, muitas acabam caindo em golpes e sofrendo danos permanentes como resultado. Recentemente em Fortaleza foram presos donos de uma clínica clandestina suspeitos de deformarem seus clientes (Sena, 2024).

Sabemos que mesmo as clínicas mais seguras têm suas complicações em cirurgias desse porte, já que muita das vezes desafia a própria anatomia do corpo humano, como prática da redução de costelas, adotada por muitos modelos em busca de uma cintura extremamente fina, pode acarretar uma série de problemas. Ao removerem costelas, elas comprometem a estrutura do tórax, o que pode afetar significativamente a capacidade respiratória, levando a sérios problemas respiratórios (De Souza *et al.*, 2023).

É crucial destacar o alarmante número de mortes ocorridas durante cirurgias plásticas ou durante o período de recuperação pós-operatória. Com frequência, nos deparamos com notícias trágicas envolvendo influenciadores que perderam suas vidas durante cirurgias estéticas.

Além dos riscos físicos, é crucial considerar que a expectativa em torno do resultado de uma intervenção pode não corresponder à realidade, especialmente porque cada corpo é único. O que pode parecer bom em alguém como referência pode não se traduzir da mesma forma em outra pessoa, levando a uma frustração com um resultado insatisfatório. É importante reconhecer e respeitar a diversidade dos corpos e entender que a beleza é subjetiva, não podendo ser padronizada (Saile, 2023).

A velhice não é um estado estático, mas um processo em constante desenvolvimento de subjetivação, pois é crucial lembrar que o corpo inevitavelmente envelhece e passa por transformações ao longo do tempo, o que uma vez foi considerado bonito pode não se manter da mesma maneira com o passar dos anos, e essa realidade pode impactar negativamente a autoestima. É essencial cultivar uma aceitação do corpo que leve em conta o processo natural de envelhecimento e valorize a beleza além dos padrões temporários (Teodoro *et al.*, 2024).

Além disso, os ideais de beleza estão sempre em fluxo, sujeitos a mudanças rápidas, onde hoje as pessoas embarcam em um procedimento estético que está em alta, e meses depois esse padrão muda completamente. O que uma vez foi desejado agora é visto como antiquado e indesejável, deixando-os presos em uma decisão irreversível que

agora os traz insegurança e arrependimento (Miranda *et al.*, 2023).

Existem diversas maneiras de cultivar uma boa autoestima e promover saúde e beleza sem recorrer a intervenções cirúrgicas, começando pelo fundamental, uma alimentação equilibrada e a prática regular de exercícios físicos contribuem para a melhora da aparência da pele, ajudam a controlar o peso corporal, favorecem um envelhecimento saudável e podem prolongar a vida (Medeiros *et al.*, 2021).

O cuidado diário da pele é de suma importância, pois reflete um compromisso com o futuro, a adoção de práticas como o skincare adequado e a aplicação diária de protetor solar é essencial para manter a beleza da pele ao longo do tempo, essas medidas não apenas previnem manchas e rugas, mas também oferecem proteção contra os raios solares, permitindo que se alcance a terceira idade com uma aparência jovem e radiante (Seguins, 2024).

Para preservar uma boa autoestima, é fundamental dedicar-se ao autocuidado, isso inclui cultivar o hábito de se arrumar, para as mulheres que apreciam cuidar das unhas, sobrancelhas e fazer o cabelo, essas práticas contribuem significativamente para a autoestima, da mesma forma, para os homens, um corte de cabelo bem feito, uma barba bem aparada e o uso de roupas estilosas podem transformar a percepção que têm de si, esses cuidados pessoais não apenas realçam a aparência, mas também promovem uma sensação de confiança, bem-estar e atraem energias positivas para a vida (Vas *et al.*, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com isso, conclui-se que a beleza é subjetiva e não deve ser uniformizada, pois cada indivíduo possui sua singularidade e estilo próprio. Essas alterações excessivas e desnecessárias acarretam diversos transtornos a saúde, tanto física quanto mental.

Os riscos precisam ser considerados ao escolher um procedimento, sendo responsabilidade do profissional informar o paciente sobre eles, avaliar o caso e discutir a relação entre os riscos e os benefícios.

Procedimentos estéticos e cirurgias plásticas têm um papel significativo na vida das pessoas, com profissionais dedicados a restaurar a autoestima de muitos. Em muitos casos, esses tratamentos são realmente necessários, mas é essencial estabelecer limites e avaliar a necessidade individual. É importante considerar os riscos e verificar se o desejo parte genuinamente do paciente, já que muitas vezes as pessoas são influenciadas por imagens irreais vistas na internet, que nenhuma cirurgia poderá alcançar. A perfeição, afinal, não existe.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anjos, L.A & Ferreira, Z.A.B. **Saúde estética: impactos emocionais causados pelo padrão de beleza imposto pela sociedade.** Bahia (2021)

Anvisa. **Anvisa esclarece sobre indicações do PMMA.** 2022.

Brasil, T.S & Silva, D.V. **Por trás dos filtros: comparação nas redes sociais e seus efeitos prejudiciais sobre a autoimagem.** Boa Vista, 2022.

Castro, D.T.; Lopes, S.P & Junior, F.G.R.P. **As redes sociais como ferramenta para o**

marketing: a visão de uma empresa na cidade de Palmas – TO. Palmas, 2019.

Cordeiro, G.; Salotti, L.C.R.; Ambrosio, L.H.C.; Junior, M.R.O.; Maciel, L.T.R & Coelho, M.D.G. **Reações do pmma nos procedimentos estéticos faciais.** Curitiba, 2023.

De Sousa, J.O.; Craveiro, A.A.; Estacio, A.N.M.; Dantas, R.I.A.; Filho, F.J.A.; Paiva, M.G.; Bezerra, A.L.M.S.; Moreira, Y.V.; Macedo, E.L.S & Diogenes, M.K.P.F. **Segurança e perspectivas nas complicações de cirurgias estéticas: um panorama atual.** Revista Coopex., v. 14, n. 5, p. 4077-4088, 2023.

Duarte,A.O.L.; Lisboa, M.R.G. & Silva,L.M. **A influência das redes sociais para o desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes.** Revista Encontros Científicos UniVS| ISSN: 2595-959X|, v. 6, n. 2, 2024.

Ferreira, C.A.A. & Nunes, S.C. **A estética feminina como atributo de exclusão no mercado de trabalho brasileiro.** Revista Gestão & Conexões, v. 13, n. 2, p. 50.72-50.72, 2024.

Lopes, G.S.; Bitencourt P.B.; Freitas, R.D. & Pagung, L.B. **O ideal de beleza e os prejuízos causados à saúde mental.** Cariacica, ES, 2021.

Lopes, P.A & Trajano, L.A.S.N. **Influência da mídia nos Transtornos Alimentares em adolescentes: Revisão de literatura.** Research, Society and Development, v. 10, n. 1, p. e20910111649-e20910111649, 2021.

Lourenço, T. **Cresce em mais de 140% o número de procedimentos estéticos em jovens.** Jornal da USP, Campus Ribeirão Preto, 2021.

Medeiros, R.J.A.; Reis, L.A.; Brito, F.R.; Assis, W.C.; Guimarães, F.E.O.; Mello, S.A & Reis, L.A. **Exercício físico e hábitos alimentares em idosos: uma reflexão teórica.** Research, Society and Development, v. 10, n. 17, p. e99101724455-e99101724455, 2021.

Miranda, F.A & Louback, R.S. **A busca pelo padrão de beleza idealizado pelas mulheres em tratamentos estéticos.** Revista Magsul de Estética e Cosmética, 2023.

Motta, J. **A vida através do filtro: a busca pela estética “perfeita” incentivada pelo Instagram.** Rio de Janeiro, 2023.

Oliveira, M.F.; Rodrigues, G.S.; Silva, M.L.M.C. & Santos, S.O. **Análise da evolução da estética e os novos padrões de beleza.** Goiás, 2022.

Pereira, M.T.O.R.; Silva, A.F. & Figueiredo, B. **Intervenções cirúrgicas com fins estéticos: um olhar da bioética principialista.** Pato de Minas, 2022.

Pinheiro, T.A; Piovezan, N.M.; Batista, H.H.V.; & Muner, L.C. **Relação dos procedimentos estéticos com satisfação da autoimagem corporal e autoestima de mulheres.** Revista Cathedral, v. 2, n. 1, 2020.

Ramos, A.C.; Moreira, B.N.; Freitas, L.L. & Souza, P.M. B. L. P. **Os impactos da rede**

social Instagram na percepção dos empreendedores. Cariacica, ES, 2021.

RIBEIRO, M.; LARISSA, A.; ROSANA, F.; WILSON, J. & VIRGINIA, B. **A influência das mídias sociais sobre os transtornos alimentares.** Folha Pet, 2022.

SAILE, J. **Cirurgia plástica: procedimento que mais mata no país merece atenção.** Minas Gerais, 2023.

SANTOS, N.L.; OLIVEIRA, I.G.E.; TACANI, R.E.; BALDAN, C.S.; MASSON, I.F.B.; FARCIC, T.S. & MACHADO, A.F.P. **Percepção das pacientes sobre a atuação profissional e os procedimentos realizados no pré, no intra e no pós-operatório de abdominoplastia.** São Paulo, 2020.

SANTOS, N.M.L. **Padrões de beleza impostos às mulheres.** Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da FAIT, v. 1, p. 1-7, 2020.

SEGUINS, B.K.S. **A relevância da adição de uma rotina de skincare para a prevenção do envelhecimento cutâneo precoce: uma revisão de literatura.** 2024.

SENA, L. **Donos de clínica clandestina são presos após deformar clientes e deixar uma pessoa em estado grave.** G1 CE, 2024.

SILVA, M. **A relação entre redes sociais e autoestima.** São Paulo, 2021.

SILVA, M. **Como os padrões de beleza afetam a autoestima da mulher segundo a influência da mídia.** Volta Redonda, 2022.

SHIBUTA, M.A.; DLUGOSZ, A.; FREITAS, T.B. **Pós operatórios em cirurgias estéticas - atuação esteticista e cosmetóloga: revisão de literatura.** São paulo, 2021.

TEODORO, G. **Autoestima e suas implicações no envelhecimento.** Revista Científica da UNIFENAS-ISSN: 2596-3481, v. 6, n. 2, 2024.

TIMERMAN, F.T. **Transtornos alimentares.** Editora Senac São Paulo, 2021.

VAS, J.G.S. & DALMOLIN, R. **Autoestima.** Revista Mato-grossense de Saúde, v. 1, n. 1, p. 69-87, 2023.