



QUALIS
A2



ESTÉTICA INTEGRATIVA: INFLUÊNCIA DOS FATORES EMOCIONAIS E INFLAMATÓRIOS NOS RESULTADOS DOS TRATAMENTOS ESTÉTICOS¹

INTEGRATIVE AESTHETICS: THE INFLUENCE OF EMOTIONAL AND INFLAMMATORY FACTORS ON AESTHETIC TREATMENT OUTCOMES

Maria Jandira Baia PINTO

Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel (FATEFIG)

E-mail: Mariaojandira21@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0009-8229-6688>

Vanicleia dos Santos SOUSA

Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel (FATEFIG)

E-mail: vanicleia.sousa@edu.faculadegamaliel.com.br

ORCID: <http://orcid.org/0009-0000-8008-3536>

Rômulo Gabriel dos Santos PINHEIRO

Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel (FATEFIG)

E-mail: Romulogabriel029@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0001-7835-3442>

RESUMO

A estética integrativa representa uma abordagem inovadora e multidisciplinar que associa procedimentos estéticos aos princípios da promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida. Diferentemente da estética convencional, que prioriza exclusivamente aspectos relacionados à aparência física, a estética integrativa considera fatores emocionais, nutricionais, hormonais, inflamatórios e comportamentais que podem interferir diretamente nos resultados terapêuticos. O presente estudo teve como objetivo analisar a influência dos fatores emocionais e inflamatórios nos resultados dos tratamentos estéticos integrativos, buscando compreender sua relação com a saúde e a qualidade de vida dos indivíduos. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativo, exploratório e descritivo, realizada por meio da análise de publicações científicas disponíveis em bases de dados nacionais e internacionais. Os resultados demonstraram que fatores como estresse crônico, ansiedade, alterações hormonais, alimentação inadequada e processos inflamatórios de baixo grau podem comprometer mecanismos fisiológicos importantes para a regeneração tecidual e para a eficácia dos tratamentos estéticos.

¹ COMO CITAR: (ABNT): PINTO, M. O. B.; SOUSA, V. S.; PINHEIRO, R. G. S. Estética Integrativa: Influência dos Fatores Emocionais e Inflamatórios nos Resultados dos Tratamentos Estéticos. **JNT Facit Business and Technology Journal**. Qualis A2. ISSN: 2526-4281, Mês de Agosto de 2026 - Ed. 76. VOL. 02. Págs. 598-615. Disponível: <http://revistas.faculdefacit.edu.br>. Acesso em: __/__/__.

Em contrapartida, observou-se que abordagens multidisciplinares voltadas para a promoção do equilíbrio emocional, alimentação saudável e modulação inflamatória favorecem melhores resultados terapêuticos e contribuem para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes. Conclui-se que a estética integrativa apresenta potencial relevante na promoção da saúde integral, desde que fundamentada em evidências científicas e desenvolvida por meio de atuação multiprofissional qualificada.

Palavras-chave: Estética integrativa. Qualidade de vida. Saúde emocional. Inflamação. Bem-estar.

ABSTRACT

Integrative aesthetics represents an innovative, multidisciplinary approach that combines aesthetic procedures with principles of health promotion, well-being, and quality of life. Unlike conventional aesthetics, which focuses exclusively on physical appearance, integrative aesthetics considers emotional, nutritional, hormonal, inflammatory, and behavioral factors that can directly influence therapeutic outcomes. This study aimed to analyze the impact of emotional and inflammatory factors on the results of integrative aesthetic treatments, seeking to understand their relationship with individuals' health and quality of life. It is a qualitative, exploratory, and descriptive integrative literature review conducted through the analysis of scientific publications available in national and international databases. The results demonstrated that factors such as chronic stress, anxiety, hormonal imbalances, poor nutrition, and low-grade inflammation can compromise physiological mechanisms essential for tissue regeneration and the efficacy of aesthetic treatments. Conversely, it was observed that multidisciplinary approaches focused on fostering emotional balance, healthy nutrition, and inflammatory modulation lead to better therapeutic outcomes and contribute to improved patient quality of life. The study concludes that integrative aesthetics holds significant potential for promoting holistic health, provided it is grounded in scientific evidence and implemented through qualified, multiprofessional practice.

Keywords: Integrative aesthetics. Quality of life. Emotional health. Inflammation. Well-being.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a procura por procedimentos estéticos tem crescido de forma expressiva em diversos países. Esse crescimento está relacionado ao aumento da expectativa de vida, à valorização da imagem corporal, aos avanços tecnológicos e ao maior acesso a tratamentos minimamente invasivos. Além da busca por melhorias na aparência física, observa-se que os indivíduos procuram procedimentos estéticos visando elevar a autoestima, promover o bem-estar e melhorar a qualidade de vida (ISAPS, 2024).

Nesse contexto, a estética contemporânea deixou de estar voltada exclusivamente para aspectos relacionados à beleza, passando a considerar o indivíduo de forma integral. Surge, assim, a estética integrativa, abordagem que associa procedimentos estéticos aos princípios da promoção da saúde, da prevenção de agravos e do cuidado centrado na pessoa. Essa perspectiva considera que fatores emocionais, nutricionais, hormonais, inflamatórios e comportamentais podem influenciar diretamente os resultados terapêuticos dos tratamentos estéticos (Brasil, 2021).

A Organização Mundial da Saúde define saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doenças (World Health Organization, 2023). Essa definição reforça a importância de abordagens que integrem diferentes dimensões da saúde humana, reconhecendo que fatores biológicos, psicológicos e sociais interagem continuamente e influenciam tanto a saúde quanto a resposta aos tratamentos.

Entre esses fatores, destaca-se a saúde emocional. Estudos demonstram que o estresse crônico e a ansiedade desencadeiam alterações neuroendócrinas capazes de aumentar a liberação de cortisol, hormônio que, quando mantido em níveis elevados por períodos prolongados, favorece processos inflamatórios, reduz a síntese de colágeno, compromete a cicatrização e acelera o envelhecimento cutâneo (McEwen, 2022; Sapolsky, 2022). Além disso, alterações emocionais podem interferir na percepção dos resultados obtidos e na satisfação dos pacientes em relação aos procedimentos realizados.

Outro aspecto relevante refere-se aos processos inflamatórios crônicos de baixo grau, caracterizados pela produção persistente de mediadores inflamatórios, como fator de necrose tumoral alfa (TNF- α), interleucina-6 (IL-6) e proteína C-reativa (PCR). Esses mecanismos estão associados ao aumento do estresse oxidativo, à degradação das fibras de colágeno e elastina e à redução da capacidade regenerativa dos tecidos, podendo comprometer a eficácia dos tratamentos estéticos.

Além da saúde emocional e da inflamação, hábitos de vida inadequados, como alimentação rica em alimentos ultraprocessados, sedentarismo, privação do sono e elevados níveis de estresse, favorecem alterações metabólicas e inflamatórias que repercutem negativamente sobre a saúde cutânea. Em contrapartida, uma alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, sono adequado e controle do estresse estão associados à melhora da resposta terapêutica e da qualidade de vida (Jamar; Ribeiro; Pisani, 2021).

Outro elemento importante na abordagem integrativa é a microbiota intestinal. Evidências científicas recentes demonstram que alterações na composição da microbiota podem influenciar mecanismos imunológicos e inflamatórios por meio do chamado eixo intestino-pele, favorecendo o surgimento ou agravamento de doenças dermatológicas e interferindo nos resultados dos tratamentos estéticos (Malgesini et al., 2026).

Embora existam pesquisas que abordam separadamente os efeitos da inflamação, da saúde emocional e dos hábitos de vida sobre a saúde humana, ainda são escassos os estudos que analisam esses fatores de forma integrada no contexto da estética. Essa lacuna evidencia a necessidade de ampliar o conhecimento científico acerca da influência desses aspectos na eficácia dos tratamentos estéticos e na promoção da qualidade de vida.

Diante desse cenário, este estudo tem como objetivo analisar a influência dos fatores emocionais e inflamatórios nos resultados dos tratamentos estéticos integrativos, buscando compreender sua relação com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida dos indivíduos.

PROBLEMA DE PESQUISA

Como fatores emocionais e processos inflamatórios influenciam os resultados terapêuticos dos tratamentos estéticos integrativos?

QUESTÃO NORTEADORA

Quais evidências científicas demonstram a influência dos fatores emocionais e inflamatórios sobre os resultados dos tratamentos estéticos integrativos?

OBJETIVOS OBJETIVO GERAL

Analisar a influência dos fatores emocionais e inflamatórios nos resultados dos tratamentos estéticos integrativos e sua relação com a qualidade de vida dos pacientes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os principais fatores emocionais e inflamatórios relacionados aos resultados dos tratamentos estéticos;
- Analisar a influência do estresse, das emoções e dos processos inflamatórios sobre as respostas do organismo aos tratamentos estéticos;
- Investigar a relação entre qualidade de vida, bem-estar emocional e resultados dos tratamentos estéticos;
- Descrever a contribuição da abordagem integrativa na avaliação dos fatores que podem interferir nos resultados dos tratamentos estéticos;
- Identificar estratégias descritas na literatura científica que considerem os aspectos emocionais, inflamatórios e comportamentais na prática estética.

JUSTIFICATIVA

A crescente procura por procedimentos estéticos associados ao bem-estar físico e emocional evidencia a necessidade de abordagens terapêuticas mais integradas, humanizadas e fundamentadas em evidências científicas. Nesse contexto, a estética integrativa vem ganhando destaque ao considerar fatores emocionais, nutricionais, comportamentais e inflamatórios que podem influenciar diretamente os resultados dos tratamentos estéticos.

A relevância científica deste estudo está relacionada à necessidade de ampliar a compreensão sobre os mecanismos fisiológicos e emocionais envolvidos nos procedimentos estéticos. Fatores como inflamação crônica, estresse emocional, alterações hormonais e hábitos de vida inadequados podem comprometer processos importantes relacionados à regeneração celular, resposta imunológica, produção de colágeno e recuperação tecidual, impactando diretamente a eficácia dos tratamentos.

Sob o ponto de vista profissional, a pesquisa contribui para a formação de esteticistas com uma visão mais ampla e integrada do cuidado, favorecendo a elaboração de protocolos terapêuticos mais individualizados e eficazes. Além disso, possibilita compreender a importância da atuação multiprofissional na promoção de resultados mais consistentes e duradouros.

A relevância social do estudo está relacionada à crescente incidência de condições como ansiedade, estresse crônico, distúrbios do sono e doenças inflamatórias, fatores que afetam significativamente a saúde e a qualidade de vida da

população. Dessa forma, compreender a relação entre esses aspectos e os tratamentos estéticos pode contribuir para práticas mais seguras e voltadas ao bem-estar integral dos indivíduos.

Por fim, este estudo contribui para ampliar o debate científico acerca da estética integrativa, área ainda em processo de consolidação no meio acadêmico brasileiro. Ao reunir evidências relacionadas aos fatores emocionais, inflamatórios e comportamentais que influenciam os resultados estéticos, a pesquisa poderá subsidiar práticas profissionais mais seguras, individualizadas e fundamentadas em evidências científicas.

REFERENCIAL TEÓRICO ESTÉTICA INTEGRATIVA

A estética integrativa é uma abordagem contemporânea que busca compreender o indivíduo de maneira global, considerando não apenas as alterações estéticas visíveis, mas também fatores fisiológicos, emocionais, nutricionais e comportamentais que podem influenciar diretamente os resultados terapêuticos (Brasil, 2021). Diferentemente da estética convencional, cujo foco principal está na correção de disfunções estéticas, a estética integrativa propõe um olhar ampliado sobre o paciente, valorizando aspectos relacionados à promoção da saúde e da qualidade de vida.

Essa abordagem está alinhada ao modelo biopsicossocial de saúde, que considera a interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais na determinação das condições de saúde dos indivíduos. Nesse contexto, os tratamentos estéticos passam a ser compreendidos como parte de um conjunto de estratégias voltadas ao equilíbrio do organismo, promovendo benefícios que vão além da aparência física (World Health Organization, 2023).

A crescente procura por procedimentos estéticos tem estimulado a busca por abordagens mais humanizadas e individualizadas. Atualmente, observa-se que muitos pacientes procuram tratamentos estéticos não apenas para melhorar características físicas, mas também para elevar a autoestima, aumentar a confiança e promover sensações de bem-estar. Dessa forma, torna-se fundamental compreender os fatores internos que podem influenciar os resultados obtidos.

A estética integrativa fundamenta-se na premissa de que alterações metabólicas, inflamatórias, emocionais e comportamentais podem comprometer os mecanismos fisiológicos responsáveis pela regeneração tecidual, produção de colágeno, cicatrização e manutenção da saúde cutânea. Assim, a avaliação do paciente

deve considerar aspectos relacionados à alimentação, qualidade do sono, níveis de estresse, prática de atividade física e histórico clínico.

Além disso, a atuação integrada entre diferentes profissionais da saúde favorece a construção de protocolos terapêuticos mais completos e individualizados, contribuindo para resultados mais duradouros e para a promoção da saúde integral.

PROCESSOS INFLAMATÓRIOS E TRATAMENTOS ESTÉTICOS

A inflamação constitui um mecanismo fisiológico essencial para a defesa do organismo contra agentes agressores e para a reparação dos tecidos lesionados. Entretanto, quando ocorre de forma persistente, pode desencadear alterações metabólicas e celulares capazes de comprometer diferentes funções do organismo (McEwen, 2022).

Nos últimos anos, diversos estudos têm demonstrado a importância da inflamação crônica de baixo grau no desenvolvimento de doenças metabólicas, cardiovasculares e dermatológicas. Esse processo caracteriza-se pela manutenção contínua de mediadores inflamatórios em níveis elevados, mesmo na ausência de infecções ou lesões aparentes.

Entre os principais mediadores envolvidos nesse processo destacam-se as citocinas inflamatórias, como o fator de necrose tumoral alfa (TNF- α), a interleucina-6 (IL-6) e a proteína C-reativa (PCR). Essas substâncias podem favorecer alterações metabólicas e aumentar o estresse oxidativo, comprometendo a regeneração tecidual e acelerando o envelhecimento cutâneo.

No contexto dos tratamentos estéticos, a presença de processos inflamatórios crônicos pode reduzir a eficácia terapêutica de procedimentos voltados ao rejuvenescimento, melhora da flacidez, cicatrização e remodelação tecidual. Isso ocorre porque a inflamação interfere diretamente na atividade dos fibroblastos, células responsáveis pela síntese de colágeno e elastina.

Outro fator relevante refere-se ao estresse oxidativo, caracterizado pelo desequilíbrio entre a produção de radicais livres e a capacidade antioxidante do organismo. O excesso de radicais livres promove danos celulares, degradação das fibras de sustentação da pele e aceleração do envelhecimento.

Dessa forma, a modulação dos processos inflamatórios constitui um dos pilares da estética integrativa, uma vez que o controle da inflamação pode favorecer melhores respostas terapêuticas e contribuir para resultados estéticos mais satisfatórios.

SAÚDE EMOCIONAL E RESPOSTA FISIOLÓGICA

A saúde emocional desempenha papel fundamental na manutenção do equilíbrio fisiológico e na promoção da saúde. Diversas pesquisas têm demonstrado que estados emocionais negativos, como ansiedade, estresse e depressão, podem desencadear alterações hormonais e imunológicas capazes de influenciar diretamente a saúde cutânea e os resultados dos tratamentos estéticos (Sapolsky, 2022).

O estresse crônico promove a ativação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA), responsável pela liberação de cortisol. Embora esse hormônio seja essencial para a adaptação do organismo a situações de desafio, sua produção excessiva e prolongada pode gerar efeitos prejudiciais (McEwen, 2022).

Entre as principais consequências do aumento persistente do cortisol destacam-se a redução da síntese de colágeno, comprometimento da cicatrização, aumento da inflamação sistêmica e diminuição da resposta imunológica. Essas alterações podem interferir diretamente nos mecanismos fisiológicos envolvidos nos procedimentos estéticos.

Além dos efeitos biológicos, a saúde emocional influencia a percepção subjetiva dos resultados obtidos. Pacientes com níveis elevados de ansiedade ou insatisfação corporal podem apresentar expectativas irreais em relação aos tratamentos, reduzindo a satisfação com os resultados alcançados.

Outro aspecto relevante refere-se à relação entre sono e saúde emocional. A privação do sono está associada ao aumento da produção de mediadores inflamatórios, alterações hormonais e redução da capacidade regenerativa dos tecidos. Consequentemente, indivíduos que apresentam distúrbios do sono podem ter respostas menos favoráveis aos procedimentos estéticos.

Nesse contexto, a estética integrativa busca promover estratégias que favoreçam o equilíbrio emocional, reconhecendo que a saúde mental constitui um componente essencial para o sucesso terapêutico.

ALIMENTAÇÃO E MODULAÇÃO INFLAMATÓRIA

A alimentação exerce papel fundamental na manutenção da saúde e na regulação dos processos inflamatórios do organismo. Atualmente, sabe-se que determinados padrões alimentares podem favorecer ou reduzir a inflamação sistêmica, influenciando diretamente a saúde cutânea e os resultados dos tratamentos estéticos (Jamar; Ribeiro; Pisani, 2021).

Dietas caracterizadas pelo elevado consumo de alimentos ultraprocessados, açúcares refinados, gorduras trans e bebidas açucaradas estão associadas ao aumento da produção de mediadores inflamatórios e ao desenvolvimento de alterações metabólicas. Esses fatores contribuem para o aumento do estresse oxidativo e para a degradação das fibras de colágeno e elastina.

Por outro lado, padrões alimentares ricos em frutas, verduras, legumes, fibras, vitaminas e compostos antioxidantes apresentam potencial anti-inflamatório e podem favorecer a regeneração celular. Nutrientes como vitamina C, vitamina E, zinco, selênio e ômega-3 desempenham funções importantes na síntese de colágeno e na proteção contra danos oxidativos (Jamar; Ribeiro; Pisani, 2021).

Outro aspecto relevante refere-se ao processo de glicação, que ocorre quando moléculas de açúcar se ligam às proteínas estruturais da pele. Esse mecanismo favorece o endurecimento das fibras de colágeno e elastina, reduzindo a elasticidade cutânea e acelerando o envelhecimento.

Dessa forma, a orientação nutricional adequada representa uma importante estratégia complementar para potencializar os resultados dos tratamentos estéticos e promover a saúde integral dos pacientes.

MICROBIOTA INTESTINAL E SAÚDE CUTÂNEA

A microbiota intestinal corresponde ao conjunto de microrganismos que habitam o trato gastrointestinal humano e desempenham funções essenciais para a manutenção da saúde. Nos últimos anos, pesquisas têm demonstrado que alterações na composição da microbiota podem influenciar processos metabólicos, imunológicos e inflamatórios (Malgesini et al., 2026).

A relação entre intestino e pele é conhecida como eixo intestino-pele (Coccurello, 2026). Esse conceito baseia-se na compreensão de que alterações intestinais podem refletir diretamente na saúde cutânea por meio da modulação do sistema imunológico e da produção de substâncias inflamatórias.

Desequilíbrios da microbiota intestinal, conhecidos como disbiose, estão associados ao aumento da permeabilidade intestinal e à ativação de mecanismos inflamatórios sistêmicos (Malgesini et al., 2026). Como consequência, podem surgir manifestações dermatológicas como acne, rosácea, dermatite atópica e envelhecimento precoce.

A manutenção de uma microbiota equilibrada depende de fatores como alimentação adequada, consumo de fibras, hidratação, prática de atividade física e

redução do estresse. Dessa forma, a saúde intestinal passou a ser considerada um dos elementos importantes dentro da abordagem integrativa aplicada à estética.

ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL NA ESTÉTICA INTEGRATIVA

A atuação multiprofissional constitui um dos principais pilares da estética integrativa. Considerando a complexidade dos fatores envolvidos na saúde e na estética, torna-se fundamental a integração entre diferentes áreas do conhecimento para proporcionar uma assistência mais completa e individualizada.

O nutricionista desempenha papel importante na avaliação dos hábitos alimentares e na elaboração de estratégias voltadas para o controle da inflamação e melhora do estado nutricional. O psicólogo contribui para o manejo da ansiedade, estresse, autoestima e imagem corporal. Já o fisioterapeuta dermatofuncional atua na prevenção e tratamento de alterações relacionadas à funcionalidade dos tecidos.

O biomédico esteta, o enfermeiro esteta e o farmacêutico esteta também participam do desenvolvimento de protocolos terapêuticos voltados para a promoção da saúde e do bem-estar. A interação entre esses profissionais favorece a elaboração de estratégias mais eficazes e seguras.

Essa abordagem integrada permite identificar fatores que poderiam passar despercebidos em avaliações convencionais, contribuindo para melhores resultados terapêuticos e para a satisfação dos pacientes (Brasil, 2021).

ESTÉTICA BASEADA EM EVIDÊNCIAS E LIMITAÇÕES CIENTÍFICAS

A estética baseada em evidências consiste na utilização das melhores informações científicas disponíveis para orientar a prática profissional. Esse conceito busca integrar resultados de pesquisas científicas, experiência clínica e necessidades individuais dos pacientes na tomada de decisões terapêuticas.

Embora a estética integrativa tenha apresentado crescimento significativo nos últimos anos, ainda existem desafios relacionados à produção de evidências científicas robustas. Muitas das publicações disponíveis apresentam limitações metodológicas, amostras reduzidas ou ausência de padronização dos protocolos utilizados.

Além disso, observa-se que alguns conceitos frequentemente associados à estética integrativa ainda carecem de comprovação científica suficiente, exigindo cautela por parte dos profissionais para evitar práticas baseadas apenas em experiências empíricas.

Portanto, torna-se fundamental incentivar a realização de estudos clínicos controlados, revisões sistemáticas e pesquisas de alta qualidade metodológica que possam fortalecer o conhecimento científico na área e contribuir para a consolidação da estética integrativa como prática baseada em evidências (American College Of Lifestyle Medicine, 2023).

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa, exploratória e descritiva, desenvolvida com o objetivo de analisar as evidências científicas relacionadas à influência dos fatores emocionais e inflamatórios nos resultados dos tratamentos estéticos integrativos.

A revisão integrativa foi escolhida por permitir a síntese e análise crítica do conhecimento científico disponível sobre o tema, possibilitando a identificação de evidências, lacunas e tendências de pesquisa.

Para a elaboração da pesquisa, foi utilizada a estratégia PICO (População, Interesse e Contexto), sendo definida da seguinte forma:

- População (P): indivíduos submetidos a tratamentos estéticos;
- Interesse (I): influência dos fatores emocionais e processos inflamatórios;
- Contexto (Co): estética integrativa e promoção da qualidade de vida.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados:

- PubMed;
- Scientific Electronic Library Online (SciELO);
- Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS);
- Google Scholar.

Foram utilizados os seguintes descritores em português e inglês:

- Estética Integrativa (Integrative Aesthetics);
- Qualidade de Vida (Quality of Life);
- Inflamação (Inflammation);
- Saúde Emocional (Emotional Health);
- Bem-estar (Well-being);

- Tratamentos Estéticos (Aesthetic Treatments).

Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, utilizando estratégias como:

- "Integrative aesthetics" AND "quality of life";
- "Aesthetic treatments" AND "inflammation";
- "Emotional health" AND "aesthetic procedures";
- "Well-being" AND "integrative health".

Foram adotados como critérios de inclusão:

- Artigos completos disponíveis na íntegra;
- Publicados entre 2020 e 2026;
- Nos idiomas português, inglês ou espanhol;
- Relacionados à temática proposta.

Foram excluídos:

- Artigos duplicados;
- Estudos sem metodologia definida;
- Trabalhos de opinião;
- Resumos simples;
- Publicações sem relevância temática.

Inicialmente foram identificados 184 estudos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade e exclusão, 37 artigos foram selecionados para leitura na íntegra. Destes, 5 atenderam aos critérios estabelecidos e foram incluídos na análise final. As demais referências utilizadas no desenvolvimento e na discussão foram consideradas literatura complementar, sendo empregadas para fundamentar aspectos teóricos e fisiológicos relacionados aos fatores emocionais, inflamatórios, comportamentais e à saúde cutânea, sem compor a amostra final dos estudos incluídos.

A seleção dos estudos ocorreu conforme as etapas recomendadas pelo protocolo PRISMA, contemplando identificação, triagem, elegibilidade e inclusão (Page et al., 2021).

Os dados foram analisados por meio de leitura exploratória, seletiva e interpretativa, permitindo a construção de categorias temáticas relacionadas aos

fatores emocionais, processos inflamatórios, hábitos de vida e resultados dos tratamentos estéticos integrativos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos incluídos nesta revisão integrativa permitiu identificar que a eficácia dos tratamentos estéticos está relacionada não apenas à técnica empregada, mas também a fatores sistêmicos que influenciam a resposta fisiológica do organismo. Os resultados demonstram que a abordagem integrativa representa uma tendência crescente na estética contemporânea, ao considerar aspectos biológicos, emocionais e comportamentais como determinantes para o sucesso terapêutico.

Entre os principais achados, observou-se que os processos inflamatórios crônicos de baixo grau exercem influência significativa sobre a regeneração tecidual e a qualidade da pele. Segundo Passeron et al. (2021), a exposição contínua a fatores estressores ambientais e internos favorece alterações celulares relacionadas ao envelhecimento cutâneo e ao comprometimento dos mecanismos de reparação da pele. Esses resultados reforçam a importância de controlar fatores inflamatórios antes e durante os protocolos estéticos, uma vez que a presença de inflamação persistente pode reduzir a eficácia dos procedimentos e prolongar o tempo de recuperação.

No que se refere aos fatores emocionais, os estudos analisados evidenciaram que o estresse psicológico exerce impacto direto sobre a saúde da pele por meio da ativação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, promovendo aumento da produção de cortisol e intensificação da resposta inflamatória. Sun e Rieder (2021) destacam que essas alterações podem comprometer a cicatrização, reduzir a síntese de colágeno e favorecer o surgimento ou agravamento de alterações dermatológicas. Esses achados são coerentes com as observações de McEwen (2022), que descreve o estresse crônico como um importante desencadeador da sobrecarga alostática, responsável por alterações fisiológicas capazes de comprometer diferentes sistemas do organismo.

Outro aspecto amplamente discutido pelos estudos refere-se ao papel dos hábitos de vida. Hu et al. (2022) demonstram que alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, sono adequado e redução do estresse estão associados à melhora da função imunológica, à redução da inflamação sistêmica e à manutenção da integridade da barreira cutânea. Esses resultados corroboram os achados de Jamar, Ribeiro e Pisani (2021), que evidenciam a influência da alimentação sobre a

microbiota intestinal e os mecanismos inflamatórios relacionados ao eixo intestino-pele. Dessa forma, observa-se que intervenções voltadas ao estilo de vida podem potencializar os resultados dos tratamentos estéticos e contribuir para benefícios mais duradouros.

A influência da microbiota intestinal também merece destaque. Widhiati et al. (2022) observaram que alterações na composição da microbiota podem favorecer processos inflamatórios sistêmicos capazes de repercutir na saúde cutânea. Esses achados reforçam a existência de uma interação entre intestino, sistema imunológico e pele, indicando que estratégias voltadas ao equilíbrio da microbiota podem representar importante recurso complementar na estética integrativa. Embora esse campo ainda esteja em desenvolvimento, as evidências disponíveis sugerem potencial terapêutico promissor.

Outro resultado relevante identificado nesta revisão refere-se à necessidade de atuação multiprofissional. A literatura demonstra que a integração entre esteticistas, nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas dermatofuncionais, biomédicos e outros profissionais da saúde favorece uma abordagem mais abrangente e individualizada do paciente. Essa atuação compartilhada possibilita identificar fatores que frequentemente não seriam contemplados em uma avaliação exclusivamente estética, contribuindo para maior segurança, efetividade e satisfação com os resultados obtidos.

Entretanto, apesar do crescente interesse pela estética integrativa, observou-se que a produção científica ainda apresenta limitações importantes. Muitos estudos possuem delineamentos observacionais, amostras reduzidas e metodologias heterogêneas, dificultando comparações diretas entre os resultados e a elaboração de protocolos clínicos padronizados. Além disso, ainda existe escassez de ensaios clínicos especificamente direcionados à avaliação da eficácia da estética integrativa como estratégia complementar de promoção da saúde e qualidade de vida.

Nesse contexto, os resultados desta revisão reforçam que a prática estética deve estar fundamentada em evidências científicas e orientada por uma visão integral do indivíduo. Mais do que promover melhorias na aparência física, os tratamentos estéticos podem contribuir para o bem-estar, a autoestima e a qualidade de vida quando associados a estratégias que considerem a saúde emocional, o controle dos processos inflamatórios e a adoção de hábitos de vida saudáveis.

Autor/Ano	Objetivo	Principais Resultados
WHO (2024)	Avaliar qualidade de vida	Relação entre saúde física, mental e bem-estar
Barros et al. (2024)	Investigar fatores associados à qualidade de vida	Identificou influência de fatores emocionais
Passeron et al. (2021)	Avaliar estresse oxidativo	Alterações cutâneas relacionadas ao estresse
Widhiati et al. (2022)	Microbiota intestinal	Influência sobre inflamação sistêmica
Graubard et al. (2021)	Saúde emocional	Relação entre estresse e pele

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa permitiu compreender que a estética integrativa representa uma abordagem contemporânea que ultrapassa a concepção tradicional dos tratamentos estéticos, ao considerar o indivíduo em sua integralidade e reconhecer a influência dos fatores biológicos, emocionais e comportamentais sobre a saúde e os resultados terapêuticos.

Os estudos analisados evidenciaram que processos inflamatórios crônicos, estresse, ansiedade, hábitos alimentares inadequados, alterações da microbiota intestinal e outros fatores relacionados ao estilo de vida podem interferir diretamente na resposta aos procedimentos estéticos, comprometendo mecanismos como cicatrização, síntese de colágeno, regeneração tecidual e manutenção da homeostase cutânea. Em contrapartida, estratégias voltadas à promoção da saúde, ao equilíbrio emocional e à adoção de hábitos de vida saudáveis demonstraram potencial para otimizar os resultados dos tratamentos e contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Além disso, esta revisão reforça a importância da atuação multiprofissional na estética integrativa, evidenciando que a interação entre profissionais de diferentes áreas da saúde possibilita uma assistência mais humanizada, individualizada e fundamentada em evidências científicas. Essa integração favorece a elaboração de protocolos terapêuticos mais completos, considerando as necessidades específicas de cada indivíduo.

Como contribuição científica, este estudo reúne e integra evidências recentes sobre a relação entre saúde, bem-estar e tratamentos estéticos, contribuindo para

ampliar o conhecimento acerca da estética integrativa, área ainda em consolidação na literatura científica. Os achados também reforçam a necessidade de que os profissionais da estética fundamentem sua prática em evidências, adotando uma visão ampliada do cuidado e reconhecendo que a eficácia dos procedimentos depende de múltiplos fatores além da técnica empregada.

Entretanto, este estudo apresenta limitações, entre elas a escassez de pesquisas clínicas específicas sobre estética integrativa e a heterogeneidade metodológica dos estudos incluídos, fatores que dificultam comparações diretas entre os resultados disponíveis. Dessa forma, recomenda-se a realização de novos estudos clínicos, com metodologias mais robustas e protocolos padronizados, capazes de fortalecer as evidências científicas nessa área e subsidiar uma prática profissional cada vez mais segura e eficaz.

Por fim, conclui-se que a estética integrativa configura-se como uma importante estratégia complementar para a promoção da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida. Ao integrar conhecimentos científicos, hábitos saudáveis e cuidado humanizado, essa abordagem amplia as possibilidades de atuação do profissional da estética e contribui para resultados terapêuticos mais consistentes, éticos e centrados nas necessidades do paciente.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF LIFESTYLE MEDICINE. **Lifestyle Medicine Handbook**.

New York: American College of Lifestyle Medicine, 2023. Disponível em:

<https://lifestylemedicine.org/>. Acesso em: 30 jun. 2026.

BARROS, Rosemerie *et al.* Self-perceived quality of life (WHOQOL-BREF) and self-reported health. **Healthcare**, v. 12, n. 15, art. 1520, 2024. DOI:

<https://doi.org/10.3390/healthcare12151520>. Disponível em:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11311970/>. Acesso em: 2 jul. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e**

Complementares no SUS. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>. Acesso em: 3 jul. 2026.

COCCURELLO, Roberto *et al.* The brain–gut–skin axis in inflammatory and disfiguring skin diseases: mechanistic insights, clinical correlations, and therapeutic strategies. **Frontiers in Immunology**, v. 17, art. 1737303, 2026. DOI:

<https://doi.org/10.3389/fimmu.2026.1737303>. Disponível em:

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12982022/>. Acesso em: 7 jul. 2026.

GRAUBARD, Rachel; PEREZ-SANCHEZ, Ariadna; KATTA, Rajani. Stress and skin: an overview of mind-body therapies as a treatment strategy in dermatology.

Dermatology Practical & Conceptual, v. 11, n. 4, e2021091, 2021. DOI:

<https://doi.org/10.5826/dpc.1104a91>. Disponível em:
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8480446/>. Acesso em: 7 jul. 2026.

HU, Sophia *et al.* Holistic dermatology: an evidence-based review of modifiable lifestyle factor associations with dermatologic disorders. **Journal of the American Academy of Dermatology**, v. 86, n. 4, p. 868–877, 2022. DOI:
<https://doi.org/10.1016/j.jaad.2020.04.108>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32360717/>. Acesso em: 30 jun. 2026.

INTERNATIONAL SOCIETY OF AESTHETIC PLASTIC SURGERY. **2025 ISAPS International Survey on Aesthetic/Cosmetic Procedures Performed in 2024**. [S.l.]: ISAPS, 2025. Disponível em: <https://www.isaps.org/media/razfvmsk/isaps-global-survey-2024.pdf>. Acesso em: 2 jul. 2026.

JAMAR, Giovana; RIBEIRO, Daniel Araki; PISANI, Luciana Pellegrini. High-fat or high-sugar diets as trigger inflammation in the microbiota-gut-brain axis. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, v. 61, n. 5, p. 836–854, 2021. DOI:
<https://doi.org/10.1080/10408398.2020.1747046>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32267169/>. Acesso em: 3 jul. 2026.

MALGESINI, Andrea *et al.* The emerging role of gut microbiota in inflammatory skin diseases: a systematic review. **Experimental Dermatology**, v. 35, n. 3, e70234, 2026. DOI: <https://doi.org/10.1111/exd.70234>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41795861/>. Acesso em: 7 jul. 2026.

McEWEN, Bruce S. Stress, adaptation, and disease: allostasis and allostatic load. **Annals of the New York Academy of Sciences**, v. 840, p. 33–44, 1998. DOI:
<https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1998.tb09546.x>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9629234/>. Acesso em: 30 jun. 2026.

PAGE, Matthew J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021. DOI:
<https://doi.org/10.1136/bmj.n71>. Disponível em:
<https://www.bmj.com/content/372/bmj.n71>. Acesso em: 2 jul. 2026.

PASSERON, Thierry *et al.* Adult skin acute stress responses to short-term environmental and internal aggression from exposome factors. **Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology**, v. 35, n. 10, p. 1965–1978, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1111/jdv.17432>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=10.1111%2Fjdv.17432>. Acesso em: 3 jul. 2026.

SAPOLSKY, Robert M. **Behave: the biology of humans at our best and worst**. New York: Penguin Books, 2022. Disponível em:
<https://www.penguinrandomhouse.com/books/317179/behave-by-robert-m-sapolsky/>. Acesso em: 7 jul. 2026.

SUN, Mary D.; RIEDER, Evan A. Psychosocial stress and mechanisms of skin health: a comprehensive update. **Journal of Drugs in Dermatology**, v. 20, n. 1, p. 62–69, 2021. DOI: <https://doi.org/10.36849/JDD.2021.5608>. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=10.36849%2FJDD.2021.5608>. Acesso em: 30 jun. 2026.

WIDHIATI, S. *et al.* The role of gut microbiome in inflammatory skin disorders: a systematic review. **Dermatology Reports**, v. 14, n. 1, art. 9188, 2022. DOI: <https://doi.org/10.4081/dr.2022.9188>. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC88969879/>. Acesso em: 3 jul. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Constitution of the World Health Organization**. Geneva: WHO, 1948. Disponível em: <https://www.who.int/about/governance/constitution/>. Acesso em: 7 jul. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHOQOL**: measuring quality of life. Geneva: WHO, [s. d.]. Disponível em: <https://www.who.int/tools/whoqol>. Acesso em: 30 jun. 2026.