

Universidades Lusíada

Mira, Fátima Alexandra Moreira, 1997-

Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos

<http://hdl.handle.net/11067/8792>

Metadados

Data de Publicação

2025

Resumo

A procura pela beleza, muitas vezes, transcende o espelho e reflete desejos emocionais, necessidades de aceitação e a construção de uma autoestima num contexto, em que a sociedade é moldada pela imagem. O presente estudo, de natureza exploratória, tem como objetivo investigar as motivações que levam as mulheres a recorrer a procedimentos estéticos, bem como analisar comparações e associações entre as variáveis em estudo. Para a recolha de dados, foi disponibilizado um questionário online, com o ...

The pursuit of beauty often transcends the mirror, reflecting emotional desires, needs for acceptance, and the construction of self-esteem within a society shaped by image. This exploratory study aims to investigate the motivations that lead women to undergo aesthetic procedures, as well as to examine comparisons and associations among the variables under study. Data were collected through an online questionnaire designed to assess these factors. The sample consisted of 102 female participants, ...

Palavras Chave

Auto-estima nas mulheres, Imagem corporal nas mulheres - Aspectos psicológicos, Cirurgia plástica - Aspectos psicológicos

Tipo

masterThesis

Revisão de Pares

Não

Coleções

[ULL-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2026-10-29T21:02:17Z com informação proveniente do Repositório



UNIVERSIDADE LUSÍADA
INSTITUTO DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
Mestrado em Psicologia Clínica

**Motivações que levam as mulheres a
realizarem procedimentos estéticos**

Realizado por:
Fátima Alexandra Moreira Mira

Orientado por:
Professora Doutora Rita Alexandra Rosa Antunes

Constituição do Júri:

Presidente:	Professora Doutora Túlía Rute Maia Cabrita
Orientadora:	Professora Doutora Rita Alexandra Rosa Antunes
Arguente:	Professora Doutora Ana Daniela Barreto Aleixo

Dissertação aprovada em: 26 de maio de 2026



UNIVERSIDADE LUSÍADA

INSTITUTO DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Mestrado em Psicologia Clínica

Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos

Fátima Alexandra Moreira Mira

Lisboa

Agosto 2025



UNIVERSIDADE LUSÍADA

INSTITUTO DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Mestrado em Psicologia Clínica

Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos

Fátima Alexandra Moreira Mira

Lisboa

Agosto 2025

Fátima Alexandra Moreira Mira

Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia e
Ciências da Educação da Universidade Lusíada para a
obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica.

Orientadora: Professora Doutora Rita Alexandra Rosa
Antunes

Lisboa

Agosto 2025

FICHA TÉCNICA

Autora Fátima Alexandra Moreira Mira
Orientadora Professora Doutora Rita Alexandra Rosa Antunes
Título Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos
Local Lisboa
Ano 2025

CASA DO CONHECIMENTO DA UNIVERSIDADE LUSÍADA - CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO

MIRA, Fátima Alexandra Moreira, 1997-

Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos / Fátima Alexandra Moreira Mira ; orientado por Rita Alexandra Rosa Antunes. - Lisboa : [s.n.], 2025. - Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, Instituto de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade Lusíada.

I - ANTUNES, Rita Alexandra Rosa, 1983-

LCSH

Auto-estima nas mulheres
Imagem corporal nas mulheres - Aspectos psicológicos
Cirurgia plástica - Aspectos psicológicos
Universidade Lusíada. Instituto de Psicologia e Ciências da Educação - Teses
Teses - Portugal - Lisboa

Self-esteem in women
Body image in women - Psychological aspects
Surgery, Plastic - Psychological aspects
Universidade Lusíada. Instituto de Psicologia e Ciências da Educação - Dissertations
Dissertations, academic - Portugal - Lisbon

LCC

BF697.5.S46 M57 2025

AVISO LEGAL

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela. Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Resumo

A procura pela beleza, muitas vezes, transcende o espelho e reflete desejos emocionais, necessidades de aceitação e a construção de uma autoestima num contexto, em que a sociedade é moldada pela imagem. O presente estudo, de natureza exploratória, tem como objetivo investigar as motivações que levam as mulheres a recorrer a procedimentos estéticos, bem como analisar comparações e associações entre as variáveis em estudo.

Para a recolha de dados, foi disponibilizado um questionário online, com o intuito de avaliar esses mesmos fatores. A amostra foi composta por 102 participantes do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e 65 anos. O plano metodológico incluiu a administração de cinco instrumentos nomeadamente, o questionário sociodemográfico; a *difficulties of emotional regulation scale*; a *rosenberg self-esteem scale*; o *the appearance schemas inventory*, e a escala de adição às redes sociais.

Os resultados sugeriram uma correlação negativa significativa entre as dificuldades de regulação emocional e autoestima, bem como correlações significativas positivas, entre as dificuldades de regulação emocional, impulsividade digital e consequências sociais negativas. Foi também possível constatar que as mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, apresentaram maiores dificuldades de regulação emocional, face aos outros grupos. No que respeita às motivações para a realização de procedimentos estéticos, a maioria das participantes referiu a intenção de melhorar a aparência de forma geral.

Conclui-se que os fatores emocionais e psicossociais, influenciam significativamente a decisão de realizar procedimentos estéticos, sugerindo a necessidade de um olhar clínico e ético sobre estas escolhas.

Palavras-Chave: Procedimentos estéticos, autoestima, regulação emocional, redes sociais, mulheres.

Abstract

The pursuit of beauty often transcends the mirror, reflecting emotional desires, needs for acceptance, and the construction of self-esteem within a society shaped by image. This exploratory study aims to investigate the motivations that lead women to undergo aesthetic procedures, as well as to examine comparisons and associations among the variables under study. Data were collected through an online questionnaire designed to assess these factors. The sample consisted of 102 female participants, aged between 18 and 65 years. The methodological plan included the administration of five instruments: a sociodemographic questionnaire, the Difficulties in Emotion Regulation Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Appearance Schemas Inventory, and the Social Media Addiction Scale. The results suggested a significant negative correlation between difficulties in emotion regulation and self-esteem, as well as significant positive correlations between difficulties in emotion regulation, digital impulsivity, and negative social consequences. It was also observed that women who had previously undergone aesthetic procedures showed greater difficulties in emotion regulation compared to other groups. Regarding motivations for undergoing aesthetic procedures, most participants reported the intention to improve their overall appearance. It is concluded that emotional and psychosocial factors significantly influence the decision to undergo aesthetic procedures, highlighting the need for a clinical and ethical perspective on such choices.

Keywords: Aesthetic procedures, self-esteem, emotion regulation, social media, women.

Lista de tabelas

Tabela 1 - Caracterização dos Grupos da Amostra.....	60
Tabela 2 - Caracterização sociodemográfica da amostra (N=102)	61
Tabela 3 - Motivação para a realização ou não realização de procedimentos estéticos.....	68
Tabela 4 - Associações entre as variáveis de regulação emocional, autoestima e redes sociais.....	70
Tabela 5 - Comparações entre grupos da variável regulação emocional pelo teste de kruskal- wallis.....	71

Índice de anexos

Anexo A - Consentimento Informado e Declaração.....	89
Anexo B - Questionário Sociodemográfico - Já realizei procedimentos estéticos.....	91
Anexo C - Questionário Sociodemográfico - Nunca realizei procedimentos estéticos, mas estou a pensar realizar.....	93
Anexo D - Questionário Sociodemográfico - Nunca realizei procedimentos estéticos nem estou a pensar realizar.....	94
Anexo E - Escala de Autoestima de Rosenberg.....	95
Anexo F - A Escala de Dificuldades de Regulação Emocional (DERS).....	97
Anexo G - ASI-R.....	98
Anexo H - Escala de Adição às Redes Sociais.....	102
Anexo I - Cronograma.....	104
Anexo J - Autorização da Escala Difficulties of Emotional Regulation Scale.....	105
Anexo K - Autorização da Escala The Appearance Schemas Inventory.....	106
Anexo L - Autorização da Escala Rosenberg Self-Esteem Scale.....	107
Anexo M - Autorização da Escala Escala de Adição às Redes Sociais.....	108

Lista de abreviaturas

ASPS - Sociedade Americana de Cirurgiões Plásticos

cf. – confira

DP – Desvio-padrão

e.g. – Exempli gratia, por exemplo

EDRE – Escala de Dificuldades de Regulação Emocional

EUA- Estados Unidos

ISAPS - International Society of Plastic Surgeons

Min-Max – Mínimo-Máximo

OMS – Organização Mundial da Saúde

Índice

Introdução	1
Enquadramento teórico-empírico	4
1. A evolução dos procedimentos estéticos.....	4
1.1. Os procedimentos estéticos no sexo feminino.....	9
1.2. Motivações para os procedimentos estéticos.....	11
1.3. A influência das redes sociais.....	16
2. Perceção da beleza e a influência social.....	20
2.1. Padrões de beleza na sociedade atual	20
2.2. O impacto dos media sociais na autoimagem.....	22
3. Procedimentos estéticos	25
3.1. Procedimentos estéticos e graus de invasividade	25
4. Fatores demográficos e culturais.....	29
4.1. Diferenças demográficas pela procura por procedimentos estéticos.....	29
4.2. Influência cultural nas decisões estéticas	33
5. Aspetos psicológicos dos pacientes.....	37
5.1. Autoestima e autoconceito.....	37
5.2. Regulação emocional e os procedimentos estéticos.....	41
5.3. A influência da aparência física na identidade	44
6. Aspetos éticos e sociais dos procedimentos estéticos	47
6.1. Desafios éticos nos procedimentos estético.....	47

6.2. A pressão social e o “Zoom Boom”	52
Estudo empírico	55
1. Objetivos e questões de investigação	55
2. Método.....	58
2.1. Participantes.....	58
2.2. Instrumentos de avaliação	61
2.3. Procedimento.....	65
3. Resultados	66
3.1. Estudos descritivos	66
3.2. Estudos de associação.....	68
3.3. Estudos de comparação	70
4. Discussão.....	72
5. Conclusão	77
Referências bibliográficas	80
Anexos.....	93
Anexo A	93
Anexo B.....	95
Anexo C.....	97
Anexo D	99
Anexo E.....	101
Anexo F	102

Anexo G	104
Anexo H	106
Anexo I.....	108
Anexo J.....	109
Anexo K	110
Anexo L.....	111
Anexo M.....	112

Introdução

O sexo feminino, representa 86,2% do total de procedimentos estéticos, realizados a nível mundial, evidenciando uma predominância expressiva das mulheres, neste tipo de intervenções (Statistico, 2023). A realização de procedimentos estéticos, é crescente entre mulheres adultas de diferentes faixas etárias. Estudos como o de Agrizzi et al. (2025), demonstram que as mulheres entre os 18 e os 65 anos, constituem um grupo especialmente representativo neste contexto. Os procedimentos estéticos mais realizados em 2020 incluem, a aplicação de toxina botulínica, os preenchimentos de tecidos moles, o rejuvenescimento da pele a laser, o peeling químico e a luz intensa pulsada (Gajić et al., 2022).

Os procedimentos estéticos constituem uma área da medicina, que visa a melhorar a aparência de indivíduos saudáveis, através de procedimentos e técnicas, muitas das vezes invasivas, que alteram as estruturas do corpo (Gajić et al., 2022). É frequente, que as intervenções impliquem cuidados pós-operatórios contínuos, como visitas a clínicas, uso de medicação ou reabilitação específica (Gajić et al., 2022). A literatura sugere que, as principais motivações para a realização de procedimentos estéticos, incluem o aumento da autoestima, a pressão social, e a crescente influência das redes sociais, que cada vez é mais evidente perante a sociedade contemporânea (Pimentel & Silva, 2018).

Em Portugal, ainda são escassos os dados sobre o perfil psicológico das mulheres, que recorrem à realização de procedimentos estéticos. No entanto, um estudo recente realizado por Agrizzi et al. (2025), com uma amostra de mulheres portuguesas e brasileiras, revelou que fatores como a autoestima, a influência da imagem corporal e a satisfação com a aparência, estão significativamente associados à procura por intervenções estéticas. Por outro lado, os ideais de beleza, a comparação social e a insatisfação corporal, também

desempenham um papel determinante para a realização de procedimentos estéticos, sendo amplificados por conteúdos partilhados em redes sociais, sobretudo por figuras públicas e influenciadores digitais (Mohammadi et al., 2023).

É fundamental, que os profissionais de saúde realizem uma avaliação prévia rigorosa, de modo a compreender as motivações subjacentes, pela qual leva as mulheres a realizar procedimentos estéticos (Mohammadi et al., 2023). Tal avaliação, irá permitir identificar as motivações reais, e perceber se a decisão é informada, e se os objetivos pretendidos são realistas ou apenas compensatórios de um mal-estar emocional (Mohammadi et al., 2023).

Apesar de, algumas investigações sugerirem que a cirurgia estética pode melhorar a imagem corporal, é importante salientar que tal melhoria nem sempre leva a um aumento da satisfação pessoal, ou do bem-estar psicológico global (Azevedo, 2023). O impacto de fatores como a pressão social, o medo do envelhecimento ou a procura de aprovação externa, devem ser cuidadosamente considerados e incluídos para o processo de decisão (Azevedo, 2023).

A saúde mental tem-se revelado um fator crucial, para a motivação que levam as mulheres a realizar procedimentos estéticos. A literatura aponta que, a perceção de imperfeições na aparência física, pode estar ligada à presença de distúrbios psicológicos, como a depressão, o stress e a ansiedade (Lima et al., 2024).

A presente dissertação, centra-se nas motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos, tendo em consideração variáveis de natureza psicológica. Pretende-se compreender em particular, de que forma a regulação emocional, a autoestima e a adição às redes sociais, influenciam esta decisão. A escolha do tema, justifica-se pela crescente popularização das intervenções estéticas na sociedade, e pelo impacto que estas podem ter na saúde mental das mulheres (*Statistico*, 2023).

Segundo esta conjuntura, e tendo por base a evidência científica ilustrada, que o presente estudo, desenvolvido no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica, da Universidade Lusíada de Lisboa, se irá debruçar. A investigação vai ter como objetivo, avaliar o papel da regulação emocional, da autoestima e a adição às redes sociais, e a sua incumbência para a realização de procedimentos estéticos.

A investigação, segue uma abordagem quantitativa, com o recurso a um questionário online, aplicado a uma amostra por conveniência, somente ao sexo feminino. Os instrumentos utilizados foram: o questionário sociodemográfico; *difficulties of emotional regulation scale*; *rosenberg self-esteem scale*; *the appearance schemas inventory*, escala de adição às redes sociais.

A presente dissertação está organizada em duas partes principais. A primeira parte do estudo, corresponde ao enquadramento teórico - empírico, baseado pela revisão da literatura relevante sobre os conceitos centrais, e as variáveis em estudo. A segunda parte da dissertação, é dedicada ao estudo empírico, onde é apresentada a metodologia, os dados recolhidos, a análise dos resultados obtidos, e a discussão à luz das hipóteses formuladas. Por fim, são apresentadas as conclusões, as implicações práticas e sugestões para futuras investigações.

A investigação é relevante, pois procura, assim, contribuir para uma compreensão mais profunda das motivações femininas, para a realização de procedimentos estéticos, promovendo uma abordagem crítica e multidisciplinar.

Enquadramento teórico-empírico

1. A evolução dos procedimentos estéticos

Antigamente, os padrões de beleza eram admirados através de diversas formas, como podemos observar através das esculturas atléticas do período helênico, na delicada representação da Madonna, obra de arte criada por Rafael, ou pelas pinturas renascentistas que retratavam mulheres voluptuosas (Prato et al., 2024). No entanto, atualmente, a *World Wide Web*, impõe um novo padrão de beleza que, muitas das vezes, entra em conflito com princípios anatómicos realistas (Prato et al., 2024). Atualmente, os padrões de beleza estão intimamente ligados e moldados pelas redes sociais. Os países desenvolvidos, têm disseminado os seus protótipos de beleza pelo mundo, ofuscando os conceitos autênticos de outras culturas e grupos étnicos, o que resulta numa uniformidade preocupante (Prato et al., 2024).

Ng et al. (2023), destaca que, certos procedimentos estéticos, podem ser considerados benéficos a longo prazo, contribuindo não só para a aparência física, mas também para o bem-estar geral do indivíduo. Os autores constaram que, ao longo do tempo, é evidente a evolução significativa das práticas culturais relacionadas à manutenção e melhoria da aparência física (Ng et al., 2023). Todos os comportamentos observados são amplamente aceites, e refletem a procura pelo aumento dos níveis de autoestima, e pela promoção de uma sensação de bem-estar, que vai além dos aspetos meramente estéticos (Ng et al., 2023). Com a ajuda da rede social *twitter*, e com o objetivo de investigar as perceções públicas, os autores mencionados, realizaram várias partilhas, nomeadamente *tweets*, que abordassem o tema envelhecimento saudável. Foram analisados 63.809 *tweets*, incluindo, partilhas realizadas pelos utilizadores da rede social, relacionados a temas que consideravam relevantes (Ng et al., 2023). Os autores estruturaram as partilhas em 16 categorias, posteriormente integradas

em três fatores principais, destacando-se entre os temas mais recorrentes, a adoção de uma dieta e estilo de vida saudáveis, a manutenção das funções corporais normais, e a adoção de cuidados preventivos, para um envelhecimento saudável (Ng et al., 2023).

A Organização Mundial da Saúde (OMS), define o "envelhecimento saudável", como sendo um processo de desenvolvimento, voltado para a preservação das capacidades funcionais do ser humano (Faria, 2024). A definição do conceito, contém o objetivo de promover o bem-estar mental e físico ao longo da vida, especialmente na terceira idade (Faria, 2024). As capacidades funcionais englobam atributos relacionados à saúde, que oferecem a possibilidade aos indivíduos de realizar atividades que consideram significativas e gratificantes (Faria, 2024). O conceito de bem-estar, é entendido de forma abrangente, e engloba a felicidade, satisfação pessoal e a realização (Faria, 2024). A investigação crescente sobre o envelhecimento saudável, e sobre as comunidades dedicadas a este tema, realça que é um conceito vasto, multidimensional e sujeito a diferentes interpretações (Faria, 2024). Consequentemente, compreender a percepção do público é essencial, sendo que desempenha um papel central para a formulação e implementação de políticas relacionadas ao envelhecimento saudável (Faria, 2024). Embora a definição da OMS sobre envelhecimento saudável esteja bem estabelecida, muitas pessoas adotam práticas diárias para realizar pequenas melhorias, independentemente do tipo de invasividade para o corpo, mas com o objetivo de aprimorar a aparência, frequentemente associadas ao universo da cosmética e da estética (Faria, 2024).

Embora a definição da OMS sobre envelhecimento saudável esteja bem estabelecida, é importante distinguir entre práticas cosméticas e estéticas, uma vez que, embora ambas visam o cuidado com a imagem corporal, diferem significativamente nos objetivos, métodos e níveis de intervenção (Glicenstein, 2003). As práticas cosméticas, envolvem serviços como

cabeleireiro, manicure, cuidados faciais, cremes, massagens modeladoras, entre outras opções, que são disponibilizadas pelo mercado e são de fácil acesso (Glicenstein, 2003). Geralmente, todas as práticas mencionadas, são realizadas em casa ou em salões de beleza, não envolvem intervenções cirúrgicas, mas têm como principal foco o bem-estar e a manutenção da estética (Glicenstein, 2003). A cosmética refere-se ao estudo, desenvolvimento, ao fabrico e à utilização de produtos destinados ao cuidado e embelezamento da pele, dos cabelos e das unhas (Glicenstein, 2003). A utilização dos produtos cosméticos visam melhorar a aparência física, proteger e nutrir as diferentes partes do corpo, corrigindo imperfeições faciais e corporais e, habitualmente, podem ser adquiridos sem necessidade de prescrição médica (Glicenstein, 2003).

Por outro lado, os procedimentos estéticos têm vindo a evoluir cada vez mais ao longo da história (Bouhadana et al., 2021). A cirurgia plástica, é uma área da medicina, dedicada à correção de imperfeições, melhorias estéticas e a restauração de funções perdidas (Bouhadana et al., 2021). Existem, registos antigos que indicam que a cirurgia plástica reconstrutiva já era praticada, como é relatado em textos em sânscrito que descrevem as cirurgias de reconstrução nasal e auricular (Bouhadana et al., 2021). Já na Grécia e na Roma antiga, curandeiros tinham como hábito, realizar procedimentos estéticos simples para reparar danos físicos resultantes das mutilações, punições ou ferimentos resultantes da guerra (Bouhadana et al., 2021). No entanto, foi ao longo da idade média, que o avanço das diversas áreas da medicina, incluindo a cirurgia plástica, passaram por alterações significativas e retrocessos (Bouhadana et al., 2021). Na era moderna, foi notável o renascimento, e no século XVIII, surgiu um ressurgimento pelo interesse da reconstrução cirúrgica de todas as partes do corpo, que haviam sido afetadas (Bouhadana et al., 2021). Cirurgiões entusiastas e talentosos, emergiram dominando as técnicas cirúrgicas, e tornando-se verdadeiros artistas das criações das novas formas corporais. Os procedimentos estéticos possuem uma história rica e diversificada,

moldando-se ao longo do tempo conforme as normas culturais, avanços tecnológicos e preferências individuais (Bouhadana et al., 2021). Em épocas passadas, tais procedimentos eram geralmente menos sofisticados e limitados em termos de opções disponíveis, e na antiguidade, era comum a prática de cuidados cosméticos, como a aplicação de maquilhagem, o uso de perucas e a utilização da argila para os tratamentos faciais (Glicenstein, 2003).

Anos depois, os movimentos de emancipação feminina, intensificaram-se junto dos países ocidentais, nomeadamente nos EUA e na Inglaterra (Glicenstein, 2003). Além de lutarem pelo direito ao voto, as feministas criticavam a moralidade rígida da era vitoriana (Glicenstein, 2003). Com a chegada do século XX, a mulher começou a valorizar mais a beleza, e nos EUA, assim como em menor escala na Europa, surgiu uma intensa indústria voltada para o sector da estética (Glicenstein, 2003). Em 1980, havia aproximadamente cerca de 9.000 esteticistas nos EUA, sendo que este número aumentou para 36.000 esteticistas em 1907, refletindo a crescente valorização do ramo da estética (Glicenstein, 2003).

O artigo de Hazel Rawson Cades, em 1927, impactou a população, incentivando todas as mulheres a cuidarem mais de si mesmas, e a sentirem-se bem com a própria aparência (Glicenstein, 2003). A partir desse momento, o cinema emergiu como o passatempo favorito, e as estrelas cinematográficas tornaram-se modelos a seguir (Glicenstein, 2003). É notável como até aos dias de hoje, a cirurgia estética é marcada por inovações técnicas que muitas das vezes, surgem inicialmente pela Europa e posteriormente são aprimoradas de maneira significativa nos EUA (Glicenstein, 2003).

A relevância da cirurgia plástica consolidou-se no século XX, e o avanço significativo, proporcionou alívio físico a muitos dos indivíduos desfigurados submetidos à cirurgia reconstrutiva, tendo impactado positivamente em aspetos emocionais e sociais,

promovendo reintegração dos soldados, melhorando os níveis de autoestima (Sarwer et al., 2022).

Os resultados do estudo de Yıldız et al. (2015) revelaram que as intervenções estéticas faciais e cirúrgicas reconstrutivas, afetam a percepção da imagem corporal e da autoestima, e que reflexões positivas dos aspetos emocionais, sociais e mentais, foram eficazes para aumentar a autoconfiança e a qualidade de vida dos indivíduos. A crescente valorização dos cuidados com o corpo e a prevenção do envelhecimento, reforça que são socialmente aceites, sendo vistos como meios de promoção do bem-estar, e para alcançar a autoconfiança. No entanto, esta evolução vem acompanhada de preocupações, nomeadamente a pressão social causada por padrões de beleza idealizados, que podem afetar negativamente a saúde emocional e a autoimagem das pessoas (Yıldız et al., 2015).

De acordo com *International Society of Plastic Surgeons* (ISAPS), foi possível observar o aumento estrondoso do sector da estética (ISAPS, 2023). A *ISAPS*, divulgou os resultados da pesquisa global anual, sobre a prática de procedimentos estéticos e cosméticos, e os dados revelaram um aumento significativo de 5,5% no ramo cirúrgicos, que totalizou mais de 15,8 milhões de procedimentos realizados por cirurgiões plásticos, além de 19,1 milhões de procedimentos não cirúrgicos (ISAPS, 2023). Tendo em conta os últimos quatro anos, o crescimento acumulado é impressionante, alcançando 40%. A *ISAPS* foi fundada em 1956, em Estocolmo (ISAPS, 2023). O avanço das técnicas de reparo dos ferimentos obtidos, como consequência da guerra, malformações congénitas e as deformidades adquiridas, demandou um conhecimento especializado, o que levou à necessidade de separar a cirurgia plástica da cirurgia geral, consolidando-a como uma especialidade autónoma (ISAPS, 2023). Atualmente, a *ISAPS* é a principal entidade profissional global, para cirurgiões plásticos estéticos certificados, dedicada à missão de inspirar e promover a educação estética em todo

o mundo, priorizando sempre a segurança dos pacientes (ISAPS, 2023). A instituição foi fundada em 1970, e neste momento oferece um espaço aberto, para a troca de conhecimentos sobre a cirurgia plástica estética a nível mundial (ISAPS, 2023). No entanto, é fundamental destacar a importância de uma escolha consciente e responsável para a prática de procedimentos estéticos. O processo de tomada de decisão, deve ir além dos aspetos puramente estéticos, é essencial que o paciente tenha uma atitude reflexiva e crítica sobre as motivações que impulsionam a decisão, as possíveis consequências e a valorização da saúde mental e emocional (ISAPS, 2023).

O ramo da estética é um campo em constante evolução, sendo um tema que suscita diversas questões a serem exploradas, como a importância da educação mediática, e o impacto psicológico, que muitas das vezes é exacerbado por padrões de beleza inatingíveis (Walker et al., 2021).

1.1. Os procedimentos estéticos no sexo feminino

De acordo com a ISAPS (2023), o sexo feminino representa 85,7% do total de procedimentos estéticos realizados. A evidência de que o sexo feminino é mais propenso a realizar procedimentos estéticos, foi observada por diversos autores.

Martins & Ferreira (2020), identificaram que mulheres com idades compreendidas entre os 40 e os 60 anos, em tratamento quimioterápico e que haviam perdido os pelos das sobrancelhas, beneficiam da técnica de micropigmentação. Os resultados, revelaram que este procedimento contribuiu para a restauração da autoestima das mulheres, proporcionando-lhes satisfação e uma sensação de bem-estar. Consequentemente, o tratamento estético oferece benefícios significativos para a vida das pacientes. Os autores concluíram que os procedimentos estéticos orientados para o rejuvenescimento, impactaram positivamente os níveis de autoestima das participantes do estudo (Martins & Ferreira, 2020).

Kvalem et al. (2025), realizaram um estudo com mulheres com idades compreendidas entre os 18 e os 60 anos, recrutadas em dezembro de 2022, com uma amostra total de 3.071 participantes. Destas, 526 mulheres (17%), indicaram já ter realizado pelo menos um procedimento estético, enquanto 1.588 (52%), referiram que provavelmente se submeteram a uma cirurgia estética no futuro. Ainda, 535 participantes (18%), relataram ter recebido recomendações para a realização de cirurgia estética. As mulheres que já tinham realizado procedimentos estéticos, ou que manifestavam desejo em fazê-lo, apresentaram níveis mais baixos de escolaridade, menor satisfação com o corpo e com a aparência física (Kvalem et al., 2025). Consequentemente, apresentaram maior frequência de recomendações para cirurgia estética, e utilização mais intensa de redes sociais, com foco a conteúdo relacionado com a aparência física, em comparação com aquelas que não demonstravam interesse por esse tipo de intervenção (Kvalem et al., 2025). Os autores concluíram que, nos últimos 20 anos, verificou-se um aumento significativo para o recurso à cirurgia estética, entre mulheres adultas, passando de 8% para 17%, assim, como um crescimento tanto para o desejo quanto para a aceitação social, relativamente à realização de procedimentos estéticos (Kvalem et al., 2025).

Neste sentido, a realização de tratamentos estéticos pelas mulheres é, na maioria dos contextos, socialmente aceite e até normalizada (Fardouly et al., 2017). Por outro lado, entre os homens, tais práticas continuam a ser frequentemente percecionadas como uma ameaça à imagem de "masculinidade", não obstante o crescente número de indivíduos do sexo masculino, que procura pela realização de procedimentos, por questões de autoestima e imagem (Fardouly et al., 2017).

É importante salientar que, embora o sexo feminino, desfruta de maior liberdade para modificar o corpo através da estética, esta liberdade pode ter um custo psicológico (Fardouly et al., 2017). A constante pressão por um ideal de beleza inatingível, pode impactar

negativamente a saúde mental, e fomentar a competição entre mulheres, como apontam estudos que abordam temas sobre os efeitos das redes sociais e da comparação social online (Fardouly et al., 2017).

Rodgers et al. (2024), realizaram um estudo composto por uma amostra de 308 mulheres, com idades compreendidas entre os 18 e os 66 anos ($M = 35.7$), com o objetivo de explorar as possíveis associações, entre a influência das redes sociais, colegas de trabalho, parceiros românticos, profissionais de saúde e beleza, e a tomada de decisão para a realização de procedimentos estéticos. Os resultados, indicaram que a depilação a *laser*, foi o procedimento mais realizado. No entanto, uma minoria significativa considerou a possibilidade de realizar intervenções mais invasivas, incluindo a cirurgia estética. As redes sociais, revelaram ser a principal fonte de pressão, para a realização destes procedimentos, enquanto os parceiros românticos foram os menos referidos. Já a influência dos parceiros e a realização de procedimentos estéticos, demonstrou possuir uma associação forte positiva (Rodgers et al., 2024).

Tendo em conta a literatura, o sexo feminino continua a ser o grupo que mais recorre à realização de procedimentos estéticos, independentemente da idade, classe social ou grau académico (Agrizzi et al., 2025). O estudo de Agrizzi et al. (2025), concluíram que, as mulheres com maior nível educacional, divorciadas, com maior renda, e que apresentam maiores preocupações com o envelhecimento, estão associadas a uma maior probabilidade de submeterem-se a procedimentos estéticos faciais.

1.2. Motivações para os procedimentos estéticos

Os procedimentos estéticos, são realizados tendo como objetivo de melhorar a saúde tanto física como mental, realçar a beleza, e para melhorar a qualidade de vida, contribuindo desta forma, para o aumento dos níveis de autoestima do indivíduo, sem provocar efeitos adversos (Pinheiro et al., 2020). Ao discutirmos as motivações, que levam as mulheres a

realizarem intervenções que modificam a estrutura das diferentes partes do corpo, é essencial realçar a importância da autoestima, que possuem impactos positivos para a vida diária (Barros et al., 2023). Quando os níveis de autoestima são elevados, os indivíduos experienciam níveis mais elevados de sensação de bem-estar, alcançando um estado de satisfação e aceitação da própria autoimagem, ao invés de sentirem-se em constante necessidade de aprovação (Barros et al., 2023).

A implacável problematização sobre o processo de envelhecimento inevitável, é cada vez mais um motivo para as preocupações relacionadas à aparência física (Rodgers et al., 2024). De acordo com a literatura, pode levar a níveis ansiogênicos, que perpetuam num contexto cultural preconceituoso, que tende a prejudicar tanto a saúde mental individual, quanto a justiça social (Rodgers et al., 2024). Embora a literatura seja limitada, este tema é cada vez mais intrigante, fazendo com que os autores explorem a relação entre a realização dos procedimentos e a pressão percebida. Os profissionais de saúde e da beleza, também têm um papel ativo no que diz respeito à promoção de tratamentos inovadores, que por sua vez, também exercem influência significativa sobre o engajamento das mulheres, quanto aos procedimentos estéticos (Rodgers et al., 2024). Nomeadamente, as estratégias de *marketing*, e a variação de preços, e a panóplia de serviços existentes, aumentam a adesão, e alcançam diversas mulheres das diferentes condições socioeconômicas (Rodgers et al., 2024).

A investigação realizada por Rodgers et al. (2024) concluiu que, a pressão social proveniente das redes sociais, é consideravelmente mais intensa do que a exercida por outras fontes. Os autores ainda observaram que, profissionais da área estética e colegas de trabalho, impactam de forma relevante, determinados comportamentos, como o uso de suplementos e a prática da depilação, sugerindo como esses ambientes reforçam padrões de beleza e contribuem para a adesão a práticas estéticas (Rodgers et al., 2024).

Robertson et al. (2021), exploram os diferentes ramos da psicologia, tendo em conta o conceito de beleza, e as motivações que levam os indivíduos a modificar a própria aparência. Com o crescente interesse científico pela aparência física, é possível observar que, grande parte da literatura destaca as vantagens associadas à atratividade. Designadamente, o campo da psicologia ocupacional, observa que, os indivíduos considerados fisicamente mais atraentes, usufruem de benefícios sociais significativos. No mesmo seguimento, em contextos profissionais, indivíduos com maior nível de atratividade, têm mais probabilidade de serem contratados, e estão mais suscetíveis a receber recompensas e reconhecimento, em comparação com aqueles considerados menos atraentes (Robertson et al., 2021)

Scholz et al. (2015), recrutaram participantes para formar um grupo, e realizar uma tarefa específica: resolver um labirinto. Os resultados sugerem que, os indivíduos considerados mais atraentes, não apresentaram um desempenho superior durante a tarefa, em comparação com os participantes considerados menos atraentes (Scholz et al., 2015). Contudo, a atratividade possuiu um impacto significativo, no que toca às compensações financeiras, com aumentos entre 12 % e 17 %, nos prémios atribuídos para cada incremento, de 1 % na atratividade (Scholz et al., 2015). Posteriormente, os autores observaram que, o efeito era mais evidente, quando existia ausência de uma medida direta de competência, em comparação com a presença (Scholz et al., 2015). Os dados reforçam que, as recompensas associadas à atratividade são influenciadas por características físicas (Scholz et al., 2015).

Robertson et al. (2021), exploraram também o domínio dos relacionamentos, e com base nas investigações da psicologia evolucionista, indivíduos mais atraentes tendem a ter expectativas mais elevadas relativamente aos parceiros. No caso das mulheres, observa-se uma maior propensão para satisfazer as expectativas. Já em contexto educacional, estudos indicam que a atratividade física, proporciona vantagens para os processos de candidatura a

bolsas de estudo (Robertson et al., 2021). Indivíduos mais atraentes, são frequentemente vistos como culpados de comportamentos desonestos, como o plágio, e, quando o são, tendem a receber punições mais leves (Robertson et al., 2021). Os autores concluem que, a atratividade física e as oportunidades profissionais estão fortemente associadas, podendo impactar, de forma direta ou indireta, as motivações das mulheres para realizarem procedimentos estéticos (Robertson et al., 2021). A crença de que outras mulheres podem alcançar maior sucesso e reconhecimento com base na aparência, pode gerar a percepção de que, é essencial investir na própria imagem, levando, assim, à procura de intervenções, que visem o aperfeiçoamento e a criação de maiores oportunidades de mercado de trabalho (Robertson et al., 2021).

Pinheiro et al. (2020) afirmam que, a pressão social e cultural, é identificada em vários contextos, com o foco de alcançar determinados padrões de beleza, o que pode intensificar o desejo a intervenções estéticas, e resultar em escolhas inconscientes. Embora seja um tema menos explorado pela literatura científica, a pressão estética é amplamente debatida em contextos sociais e de forma mediática, no entanto a influência direta dos parceiros íntimos, como os maridos, quando toca à tomada de decisão das mulheres em relação a realizar procedimentos estéticos, também é percebida em alguns contextos (Pinheiro et al. 2020).

Santos (2022), destaca que os algoritmos das redes sociais, ao privilegiarem conteúdos de grande apelo visual e emocional, intensificam e moldam as percepções sociais, especialmente no que diz respeito à aparência. Neste sentido, torna-se evidente que, as principais motivações para a realização de procedimentos estéticos incluem, o aumento da autoestima, a pressão social e a crescente influência das redes sociais (Santos, 2022). Ao longo dos anos, a relação entre os media, e os procedimentos estéticos tem vindo a ser cada

vez mais evidente, e pode trazer tanto benefícios quanto riscos para a saúde mental (Santos, 2022). A pressão exercida pelos media sobre as mulheres, têm gerado impactos negativos significativos, contribuindo para o desenvolvimento de perturbações psicológicas associadas à imagem corporal (Santos, 2022).

Trópia & Moreira (2023) corrobora esta afirmação, e destacam que a necessidade de combater sinais naturais do envelhecimento tem sido cada vez mais normalizada. Deste modo, os autores concluíram através da investigação que, 75 % dos participantes referiram que a principal motivação para realizar procedimentos estéticos era melhorar a autoestima, enquanto 25 %, apontaram razões ligadas à saúde e bem-estar geral. Os dados óbitos, sugerem que, as motivações são tanto intrapessoais, quanto sociais (Trópia & Moreira, 2023).

Na mesma linha, Agrizzi et al. (2025), identifica que os fatores que foram mais apontados como motivadores para a realização de procedimentos estéticos foram, o desejo de melhorar a autoestima, a aparência geral, e a satisfação com a própria imagem. Os autores realizaram um estudo em Portugal e no Brasil, tendo uma amostra composta por 824 mulheres, entre os 18 e os 65 anos. Os dados revelaram que, as participantes que recorreram a procedimentos estéticos faciais, apresentavam níveis significativamente mais elevados de preocupação com a aparência física, e menor satisfação com a imagem corporal, em comparação com aquelas que nunca tinham realizado intervenções estéticas (Agrizzi et al., 2025).

É observável pela literatura que, os aspetos emocionais, como o aumento dos níveis de autoestima e a insatisfação corporal, são fatores que impactam a tomada de decisão, para a realização de procedimentos estéticos (Riehm et al., 2019). A meta-análise conduzida pela Coreia do Sul e por Riehm et al., 2019, reforça estes dados, ao demonstrar que os media, exercem uma influência significativa sobre a tomada de decisão, promovendo ideais de

magreza, que estão frequentemente associados à baixa autoestima e à insatisfação com a imagem corporal. A literatura sustenta a relevância, de compreender os fatores psicológicos e socioculturais, que motivam as mulheres a recorrer a intervenções estéticas (Riehm et al., 2019).

1.3. A influência das redes sociais

As primeiras redes sociais digitais, impulsionadas pelo fenómeno da internet, surgiram no ano de 1997, a partir da iniciativa da plataforma chamada '*Sixdegrees*'. A plataforma foi inspirada pela teoria de Stanley Milgram, que, em 1967, conduziu um ensaio para compreender a perceção das pessoas num grande grupo social que permaneciam interconectadas (Santos, 2022). A experiência consistiu em enviar 60 pequenos pacotes, a indivíduos residentes no Kansas, tendo como tarefa fazer com que esses pacotes chegassem a uma pessoa específica em Boston, utilizando apenas conexões pessoais (Santos, 2022). Dos 60 pacotes enviados, apenas 3 chegaram ao destino, o que comprovou que a teoria não tinha sido corroborada pela prática (Santos, 2022). Contudo, a notoriedade da teoria cresceu graças à peça teatral de John Guare, e a grande adaptação cinematográfica por Fred Schepisi, em 1993, que, apesar de não ter provado a validade, enraizou a ideia tendo em conta o senso comum e espalhou-a pelo mundo (Santos, 2022). A partir da experiência, surgiram plataformas como *Orkut*, *Fotolog* e *MySpace*, que, embora não tenham resistido ao teste do tempo, pavimentaram o caminho para o surgimento das redes sociais, predominantes ao dia de hoje, como o *Facebook*, *Instagram* e o *Twitter*, amplamente utilizadas em muitas das tecnologias (Santos, 2022). Consequentemente, os media, hoje em dia, possuem um forte poder de influência. Antigamente, os media televisivos, eram a única fonte de informação, que já exercia alguma influência significativa sobre a forma como as pessoas pensavam e sentiam. No entanto, as redes sociais dos dias de hoje, surgem como sendo um novo

fenômeno, permitindo que as pessoas permaneçam conectadas, a partir de locais distantes (Santos, 2022).

Alencar et al. (2024) através do relatório divulgado por agências de monitoramento dos media online em 2023, verificou que, o número de usuários ativos pelas redes sociais ultrapassou a marca de 5 bilhões, representando 62.3% da população mundial. Além disso, no último ano, houve um acréscimo global de 266 milhões de usuários, o que equivale a um crescimento anual significativo de 5.6%. A pesquisa reforça a tendência do contínuo crescimento, expansão e utilização dos media sociais (Alencar et al., 2024). Tendo em conta os resultados, é essencial promover o uso consciente das redes sociais, incentivar a educação digital, enfatizando a importância de uma autoimagem positiva e realista (Alencar et al., 2024). Estratégias como a redução do tempo de utilização de plataformas digitais, a diversificação das fontes de conteúdo, e a prática de atividades *offline*, podem contribuir para minimizar os efeitos negativos das redes sociais, que podem impactar a autoimagem e a autoestima (Alencar et al., 2024).

Os meios de comunicação, nomeadamente as redes sociais, vivem tempos cada vez mais acelerados, quase de uma forma até frenética, desafiando paradigmas que antigamente eram apoiados pela mesma sociedade (Riehm et al., 2019). Toda a transformação, reflete a forma como as pessoas expressam-se, tornando-se cada vez mais donas dos próprios desejos (Riehm et al., 2019). São variadíssimas as formas de manifestação possíveis pelas redes sociais, seja pelo, *Facebook*, *WhatsApp*, *Instagram*, *Twitter*, *Messenger* ou *YouTube*. A ascensão das redes sociais, tornou constante a exposição a imagens idealizadas, modificando significativamente a percepção que os indivíduos têm sobre si mesmos (Riehm et al., 2019).

Tendo em conta os últimos vinte anos, a cultura juvenil e a valorização da saúde física têm sido predominantes, concebendo o crescente interesse pela aparência física (Atiyeh et al.,

2024). Tal anseio por atender a ideais de beleza e atratividade, fomentou o aumento significativo das preocupações relacionadas à estética individual. A partir da convicção de que é possível moldar o corpo em qualquer tamanho e forma, os cirurgiões plásticos deparam-se cada vez mais com uma variedade extensa de anseios e percepções irrealistas sobre a beleza por parte dos pacientes (Atiyeh et al., 2024).

Di Gesto et al. (2022), entendem que os meios de comunicação em massa, especialmente as redes sociais, contribuem significativamente para o desenvolvimento de uma percepção corporal negativa, e para o aumento do interesse em estratégias de modificação do corpo. Os autores sugerem que, a utilização de redes sociais, como o uso do *Instagram*, está associada a uma maior aceitação para a cirurgia plástica (Di Gesto et al., 2022). Os utilizadores de aplicações como o *Instagram*, tendem a comparar a própria aparência, com as imagens que visualizam nas plataformas, o que frequentemente conduz à insatisfação corporal (Di Gesto et al., 2022). Os mesmos autores, sugerem que a aceitação da cirurgia estética, está significativamente associada, à exposição e interação com imagens de celebridades, no *Instagram*. As imagens, promovem padrões de beleza muitas das vezes inatingíveis, por meios biológicos naturais (Di Gesto et al., 2022). Os profissionais de saúde têm observado, que, tais interações geram, em muitos pacientes, o desejo de alterar características físicas através de procedimentos estéticos, com o objetivo de alcançar uma maior aceitação social e aproximar-se dos ideais de beleza vigentes (Di Gesto et al., 2022). As celebridades digitais, ao divulgarem as próprias intervenções estéticas, acabam por reforçar tais normas e incentivar os seguidores à reprodução das mesmas práticas. A linha entre o uso aceitável de procedimentos estéticos e o “exagero”, tem sido estudada nos últimos anos (Di Gesto et al., 2022).

Considerando, o grande desenvolvimento da tecnologia, a difusão de estilos de vida pelas plataformas digitais e a realização de procedimentos estéticos, prometem muitas das vezes autorrealização pessoal e alegria de viver (Riehm et al., 2019). Neste sentido, as pessoas que podem considerar-se mais comuns e insatisfeitas consigo mesmas, podem adotar hábitos de consumo a conteúdos relacionados e divulgados por celebridades, fazendo com que aumentem a probabilidade de considerarem a alteração de alguma parte do próprio corpo (Riehm et al., 2019). O estudo dos autores, destacam que 44,8% dos estudantes universitários coreanos, afirmam já ter realizado pelo menos uma cirurgia estética (Riehm et al., 2019). A maioria desses indivíduos, utilizou as redes sociais e a *Internet* para esclarecer as próprias dúvidas, em vez de consultar especialistas. Das variáveis categorizadas na meta análise disponibilizada, a atitude sociocultural e o stress, sugerem uma correlação positiva fraca (Riehm et al., 2019). É importante compreender os efeitos a longo prazo da baixa autoestima e da imagem corporal negativa. Uma vida saudável também requer pensamentos positivos, e é necessário cooperar com os profissionais de saúde (Riehm et al., 2019).

Mohammadi et al. (2023), revelou associações positivas significativas, entre o vício em redes sociais e o desejo para a realização de cirurgia estética, bem como com a percepção da imagem corporal entre mulheres. As análises de mediação, demonstraram que, a imagem corporal, atua como mediadora de relações entre o vício das redes sociais e o desejo para a cirurgia estética, assim como entre a regulação emocional e esse mesmo desejo (Mohammadi et al., 2023). Os resultados, reforçam a influência significativa das redes sociais, para a construção da imagem corporal das mulheres, sugerindo que o uso excessivo de plataformas digitais, aumenta a insatisfação corporal e potencializa a procura por intervenções estéticas, como forma de alcançar padrões de beleza idealizados (Mohammadi et al., 2023).

2. Percepção da beleza e a influência social

2.1. Padrões de beleza na sociedade atual

É fundamental entender as motivações que impulsionam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos. No entanto, antes do tema ser aprofundado, é essencial desmistificar alguns conceitos, como a percepção de beleza e a evolução percebida ao longo do tempo. A percepção de beleza é um conceito subjetivo, influenciado por crenças, ideologias e contextos culturais de cada pessoa. Embora varie amplamente entre indivíduos e culturas, os estudos apontam que a satisfação e a felicidade tendem a aumentar, até de forma imediata após a realização de intervenções estéticas (Greywal et al., 2021). A beleza, passível de uma construção social, é tema de investigação ao longo dos séculos (Greywal et al., 2021). Estudos antropológicos indicam que, apesar das variações das normas e ideais de beleza, a experiência de apreciação estética, é comum em todas as culturas, refletindo-se em formas de arte, rituais e expressões individuais, que percorrem séculos de história (Greywal et al., 2021).

Desde a Antiguidade, a população tem definido padrões de beleza que refletem o contexto sociocultural e os valores de cada época (Dayan et al., 2020). A percepção da beleza, é um dos principais desafios da psicologia estética, identificando a mente humana, como sendo um órgão complexo, ao ponto de as pessoas com incapacidade visual serem capazes de perceber a beleza (Dayan et al., 2020). Há cerca de 500 anos, o artista e cientista italiano Leonardo da Vinci, representou as proporções ideais do corpo humano no famoso desenho "O Homem Vitruviano". Leonardo, foi um dos primeiros artistas a estudar a anatomia humana de forma aprofundada, as investigações trouxeram descobertas inovadoras sobre as proporções humanas (Dayan et al., 2020). Tais descobertas ajudaram a definir padrões de beleza, que perduraram e influenciaram gerações, com a ideia de uma proporção e harmonia

corporal, a desempenhar um papel importante na percepção de atratividade e na saúde. A cintura, o peito e os glúteos, no sexo feminino eram frequentemente associados a fatores essenciais, para determinar a sensualidade e a beleza (Dayan et al., 2020).

Dayan et al. (2020), afirmam que, hoje em dia, vivemos numa nova era, em que os conceitos de beleza e estética, são frequentemente definidos e modificados, com base em estatísticas e técnicas avançadas. É utilizado como referência, proporções e linhas corporais, que se aproximam do que é considerado o "ideal". Nos tempos modernos, é apreciado os corpos magros e lineares, traços faciais simétricos e uma pele lisa e uniforme (Dayan et al., 2020). Todos estes atributos, são promovidos como prioridades estéticas, refletindo uma visão específica de beleza, que tende a seguir tendências culturais e mediáticas, e que, por vezes, alimenta a procura incessante por um ideal estético difícil de alcançar (Dayan et al., 2020). Observa-se a continuidade, e a constante transformação dos ideais de beleza, enquanto antigamente, o conceito era explorado por artistas como Leonardo da Vinci, hoje em dia é amplamente moldado por avanços científicos e tecnológicos, bem como pela influência das redes sociais e dos media (Dayan et al., 2020).

A procura pela beleza, é um fenómeno universalmente reconhecido, sendo que o conceito de alguém ser "belo" ou "atraente", tem sido consensual, desde os tempos mais antigos. Contudo, os padrões de beleza têm sofrido alterações ao longo dos anos, influenciados por artistas, cientistas e pelo próprio contexto histórico e social (Sisti et al., 2021). Já na sociedade contemporânea, a definição de beleza é fortemente influenciada por padrões visuais promovidos por redes sociais, pelos media, e por normas culturais. Traduz-se, pelas preferências por traços físicos específicos, como simetria facial, proporções corporais e características associadas à juventude, e ao "ideal de perfeição" (Sisti et al., 2021).

A beleza moderna, é associada a uma série de expectativas e pressões que podem impactar negativamente a saúde mental (Sarasso et al., 2020). Com o objetivo de alcançar um corpo perfeito, e padrões de beleza estabelecidos pela cultura à qual pertencem, muitas das pessoas, recorrem a métodos que podem ser prejudiciais, como dietas sem acompanhamento, exercício físico excessivo, e o uso de diuréticos e laxantes, entre outros comportamentos (Sarasso et al., 2020). Os padrões de beleza, frequentemente encarados como uma “moda” ou tendência passageira, são muitas das vezes percebidos, apenas como um conjunto de critérios estéticos a alcançar (Sarasso et al., 2020). No entanto, estes padrões integram dimensões mais amplas, refletindo construções culturais que englobam a linguagem, os comportamentos, a expressão corporal, a ornamentação, e outros elementos simbólicos de igual relevância (Sarasso et al., 2020).

2.2. O impacto dos media sociais na autoimagem

À medida que as redes sociais, fazem cada vez mais parte da vida contemporânea, é fundamental refletir não só sobre os aspetos positivos que trarão benefícios, mas também os malefícios. Tendo em conta todo o cenário, as redes sociais, tornaram-se o tema de destaque, possivelmente pela influência das plataformas, para a formação da autoimagem, especialmente no sexo feminino (Santos & Rodrigues, 2023). A constante exposição a padrões de beleza apresentados nas variadíssimas redes sociais, têm resultado, numa reflexão intensa, sobre as consequências para a saúde mental, particularmente no que diz respeito a patologias, como por exemplo a dismorfia corporal (Santos & Rodrigues, 2023).

As redes sociais, exercem impactam a autoimagem dos indivíduos, moldando a forma como se autopercebem e, conseqüentemente, afeta significativamente a autoestima (Santos & Rodrigues, 2023). A literatura indica que, a exposição constante a padrões de beleza idealizados e a comparação com os outros, impacta negativamente a saúde mental, e a satisfação para com a imagem corporal. Santos & Rodrigues (2023), definem a autoimagem,

como a percepção que o indivíduo tem de si próprio, composta por pensamentos, sentimentos e comportamentos, relacionados com a convivência social e a identidade pessoal. A percepção de si mesmo, influencia diversos domínios, por exemplo em contexto profissional, afetivo, familiar e as projeções futuras (Santos & Rodrigues, 2023). A autoimagem, envolve também emoções e ações, que moldam a forma como o indivíduo idealiza a própria realidade, refletindo-se na imaginação e no autoconceito (Santos & Rodrigues, 2023). Os autores também destacam que a autoestima é um indicador relevante para a saúde mental, influenciando a forma como os indivíduos definem metas, reconhecem capacidades, e constroem a autopercepção (Santos & Rodrigues, 2023).

Trópia & Moreira (2023) corroboram afirmação anteriormente dita, com dados surpreendentes. No estudo realizado pelos autores, observa-se que, todos os entrevistados, acreditam que as redes sociais, têm influência significativa, para a tomada de decisão das pessoas ao realizar procedimentos estéticos. Tal alto grau de concordância, destaca a importância do papel das redes sociais, para a formação das percepções de beleza, e da tomada de decisão relacionada à estética (Trópia & Moreira, 2023). Os autores, levantam sérias questões, sobre a forma que as plataformas digitais, podem impactar a saúde mental, nomeadamente, a autoimagem dos indivíduos, sendo que destacam a necessidade de uma análise mais aprofundada dessa influência (Trópia & Moreira, 2023).

Galeotti et al. (2024) investigaram a relação entre a forma como os indivíduos se apresentam no *Instagram*, o uso de filtros e a intenção de recorrer à cirurgia estética. Os resultados demonstraram que, a frequência para a edição de imagens, e o uso intensivo de filtros, estão significativamente associados, à insatisfação com a aparência e ao desejo de alterar o corpo, por via de meios cirúrgicos. Especificamente, o estudo identificou um efeito de mediação da autoimagem negativa, revelando que, os indivíduos que alteram frequentemente as próprias fotografias para parecerem mais atraentes, apresentam maior

predisposição, para considerar realizar procedimentos estéticos (Galeotti et al., 2024). Os resultados obtidos neste estudo, podem indicar uma forma de alinhar a aparência real à imagem digital idealizada. Os dados reforçam que, a exposição prolongada a versões modificadas de si próprio, contribui para a distorção da autoimagem e para o aumento da pressão estética, especialmente entre mulheres jovens (Galeotti et al., 2024).

Consequentemente, os filtros digitais, ao promoverem uma aparência idealizada e irrealista, intensificam a discrepância entre a imagem real e a projetada, podendo comprometer o bem-estar psicológico e a autoestima (Galeotti et al., 2024).

A construção da imagem corporal é influenciada por experiências vividas, que moldam as nossas percepções, pensamentos, sentimentos e emoções (Alencar et al., 2024). A construção, é fortemente condicionada por três fatores principais: a influência parental, o grupo de pares e os meios de comunicação social (Alencar et al., 2024). Já na era digital, a sociedade vive através de um fluxo contínuo, mesmo quando a interação ocorre à distância, e por detrás de uma tela (Alencar et al., 2024). O consumismo, tornou-se uma força dominante, tendo em conta a valorização crescente da posse de bens materiais, manifestando-se pela troca incessante de roupas, carros e telemóveis, onde tudo é rapidamente descartado e substituído dentro do contexto do capitalismo (Alencar et al., 2024). Por outro lado, embora tais interações aconteçam à distância, as redes sociais exercem um impacto profundo para a autoimagem dos indivíduos, moldando a forma como se autopercecionam e, consequentemente, impactam a autoestima (Alencar et al., 2024). A exposição constante a padrões de beleza idealizados, e à comparação com os outros pode desencadear uma série de efeitos negativos para a saúde mental, nomeadamente a satisfação com o próprio corpo (Alencar et al., 2024).

3. Procedimentos estéticos

3.1. Procedimentos estéticos e graus de invasividade

A cirurgia estética, é um conjunto de procedimentos, tanto cirúrgicos quanto não cirúrgicos, que visam a aprimorar e alterar as diversas partes do corpo, com o intuito de melhorar a aparência e a autoconfiança (Gajić et al., 2022). Em 2020, os cinco procedimentos cirúrgicos estéticos mais realizados foram: rinoplastia, cirurgia de pálpebras, *lifting* facial, lipoaspiração e o aumento mamário. Já entre os procedimentos estéticos minimamente invasivos, em 2020, destacam-se, a aplicação de toxina *botulínica*, os preenchimentos de tecidos moles, o rejuvenescimento da pele a laser, o *peeling* químico e a luz intensa pulsada (Gajić et al., 2022). Toda a variedade de opções, reflete as tendências atuais na área da cirurgia plástica estética. Neste sentido, os procedimentos podem variar desde as cirurgias plásticas, até às intervenções de menor invasividade (Yamasaki et al., 2013).

Os métodos cirúrgicos, são utilizados com o foco em promover a saúde, a beleza e a qualidade de vida, aumentando os níveis de autoestima do indivíduo, de forma a preservar a saúde (Pinheiro et al., 2020). Ao abordarmos o tema da estética, é fundamental destacar a importância da autoestima, com efeitos positivos no dia a dia dos pacientes. A literatura destaca os benefícios dos procedimentos estéticos, evidenciando o impacto positivo na autoestima (Barros et al., 2023). Os tratamentos estéticos promovem uma maior sensação de bem-estar, conduzindo a um estado de satisfação e aceitação da própria imagem, ao invés de tornarem-se uma necessidade constante (Barros et al., 2023).

Neste sentido, a *ASPS* criou um símbolo de segurança para os pacientes, que é representado por um diamante, formado por quatro elementos essenciais para garantir a realização segura de procedimentos estéticos, e são: O procedimento é adequado respeitando a individualidade e características de cada um; O paciente tem de ser avaliado para a intervenção escolhida; O cirurgião é um profissional devidamente licenciado, com

experiência e conhecimento e por último o ambiente cirúrgico e a equipa deve ser igualmente qualificada e garantir os protocolos de emergência estabelecidos (Gajić, et al.,2022).

Existe uma associação por parte da sociedade, de que corpos magros estão diretamente relacionados à obtenção de maiores níveis de saúde e o contrário é associado aos fatores de risco, para o desenvolvimento de diversas doenças (Pinheiro et al. 2020). Os procedimentos estéticos, podem ser associados a três fatores principais: o aumento da diversidade dos tratamentos disponíveis, que incluem métodos menos invasivos; a intensa divulgação dos media sociais, revistas e a outros meios de comunicação, no qual promovem a facilidade da realização dos vários procedimentos; e a crescente presença de corpos perfeitos, frequentemente resultantes das cirurgias plásticas (Porto, 2020).

Atiyeh et al. (2024) afirma que, os procedimentos estéticos, independentemente do nível de invasividade, devem ser realizados sobre um estado de plena consciência do paciente em relação aos riscos, aos benefícios e às motivações pessoais que estão por trás da escolha. É essencial que, o paciente tome a decisão com base num desejo genuíno de melhorar os níveis de autoestima ou bem-estar, e não apenas pela pressão social ou influência externa, como por exemplo, encaixar-se em padrões estéticos impostos pela sociedade, ou pela procura incessante da perfeição, que pode ser gerada pelas redes sociais, e não só (Atiyeh et al., 2024). A conscientização sobre o impacto psicológico dos procedimentos é crucial, pois a realização de intervenções estéticas, como mencionado anteriormente, pode impactar de forma negativa ou positiva os níveis de autoestima, especialmente quando são realizados sem reflexão, sobre as verdadeiras razões para a mudança (Atiyeh et al. 2024).

Nesse sentido, é essencial que os profissionais de saúde, assumam um papel mais ativo, adquirindo conhecimentos sobre todas as variáveis que influenciam a tomada de decisão dos pacientes. Desta forma, poderão assegurar, que o processo decisório seja pautado por escolhas informadas, ao invés de decisões impulsivas (Barros et al., 2023).

Smith et al. (2020), revelou que, em 2019, 70% dos entrevistados consideraram realizar procedimentos estéticos, representando um aumento significativo, em relação aos 50% registrados em 2015. Nesse mesmo estudo, a maioria dos participantes procurou tratamentos para melhorar a descoloração e a textura da pele, bem como a aparência de linhas e rugas. Smith et al. (2020) destacam que, há uma ampla variedade de técnicas disponíveis para atenuar os sinais do envelhecimento, tanto invasivas quanto minimamente invasivas. As abordagens não invasivas, têm vindo a ser alvo de uma procura crescente, sendo vistas como alternativas ou complementos, aos métodos tradicionais de rejuvenescimento facial (Smith et al., 2020). Os procedimentos mais realizados incluem, a aplicação de toxina botulínica, preenchimentos dérmicos e tratamentos a *laser* (Smith et al., 2020). Consequentemente, técnicas não convencionais, como acupuntura facial e exercícios específicos para o rosto, também estão em desenvolvimento, e ganho popularidade. Os métodos mencionados, geralmente são nomeados de procedimentos estéticos não invasivos (Smith et al., 2020).

Os procedimentos estéticos invasivos, como as cirurgias plásticas, envolvem anestesia e exigem recuperação pós-operatória (Oh & Rootman, 2023). Os mais comuns incluem, a rinoplastia, lipoaspiração, abdominoplastia e mamoplastia. Todos estes procedimentos, são realizados com o objetivo de melhorar a aparência física e, por vezes, a funcionalidade corporal (Oh & Rootman, 2023). Consequentemente, impacta positivamente o bem-estar físico e psicológico dos pacientes (Oh & Rootman, 2023).

Os procedimentos minimamente invasivos, têm sido alvo de grande destaque dentro da área da estética, oferecendo a capacidade de proporcionar resultados visíveis mais rápidos, e com menor risco e tempo de recuperação, em comparação às intervenções cirúrgicas (Oh & Rootman, 2023). Apesar de não ser uma cirurgia, penetram as camadas mais profundas da pele. Existem várias opções de tratamento disponíveis, e destacam-se pela sua eficácia e até

popularidade, nomeadamente pelas redes sociais (Oh & Rootman, 2023). Alguns dos tratamentos incluem: utilização de botox, principalmente na área facial, com o intuito de reduzir as linhas de expressão e obter resultados mais juvenis; preenchimentos faciais, para ajudar a restaurar a perda de volume na pele, como por exemplo em lábios, olheiras, etc; radiofrequência, que é também muito utilizado em várias áreas do corpo, com o objetivo de produção de colágeno, e ajuda a flacidez (Oh & Rootman, 2023). Os procedimentos minimamente invasivos, oferecem alternativas mais acessíveis e mais variedade, para quem procura melhorias estéticas (Oh & Rootman, 2023).

Os procedimentos estéticos, independente do grau de invasividade, têm ganho destaque nos últimos anos, não apenas pela necessidade em ir ao encontro dos padrões de beleza, mas também pelo impacto positivo, refletido para a qualidade de vida, e eleva os níveis de autoestima, sobretudo, no sexo feminino (Oh & Rootman, 2023).

De acordo com Mobayed et al. (2020), a geração Y é composta por indivíduos nascidos entre 1981 e 1996. Esta coorte etária, tem-se destacado pelo elevado consumo de procedimentos estéticos, apesar de ser, simultaneamente, considerada uma geração economicamente mais vulnerável, enfrentando constrangimentos financeiros, decorrentes de rendimentos limitados. Com uma renda mais reduzida, a geração Y, tem adiado compromissos sociais, como o casamento e a maternidade, optando por priorizar o autocuidado e o bem-estar pessoal, o que resultou num aumento significativo no número de consumidores ativos, no mercado da estética (Mobayed et al., 2020). Especificamente, o volume de procedimentos minimamente invasivos, têm crescido anualmente, dada a vantagem financeira que oferecem, pois conseguem proporcionar resultados satisfatórios a um custo muito menor, comparativamente às cirurgias estéticas (Mobayed et al., 2020). Neste sentido, a geração Y, encontrou uma estratégia mais económica, para preservar a juventude e

retardar o processo de envelhecimento, adotando medidas preventivas. Toda a procura é especialmente valorizada, por pacientes que desejam retardar o envelhecimento de forma menos invasiva, sem recorrer a cirurgias plásticas (Mobayed et al., 2020).

4. Fatores demográficos e culturais

4.1. Diferenças demográficas pela procura por procedimentos estéticos

De acordo com Ng et al. (2023), a escolha do momento ideal para iniciar um tratamento estético, constitui um aspeto fundamental. Especialistas em dermatologia destacam a adolescência, como uma fase particularmente sensível, em que os cuidados com a pele e o corpo assumem uma importância acrescida. As alterações hormonais típicas desta etapa, podem provocar um aumento da oleosidade cutânea, sobretudo em regiões com maior densidade de glândulas sebáceas, como o rosto, peito e costas, conduzindo frequentemente ao aparecimento de acne e cicatrizes (Ng et al., 2023). Embora a adoção de cuidados básicos nesta faixa etária seja essencial, verifica-se um crescimento preocupante na procura por procedimentos estéticos entre crianças e adolescentes, o que reflete uma tendência demográfica relevante no consumo destes serviços (Ng et al., 2023). Tal comportamento, sugere estar, fortemente associado, à influência de familiares e à exposição constante a conteúdos de redes sociais, que promovem ideais de beleza pouco realistas (Ng et al., 2023). Os autores, consideram uma procura precoce por intervenções estéticas, muitas vezes realizada sem a devida consciência crítica, levanta questões importantes no âmbito das diferenças demográficas, para o acesso e na motivação para tais procedimentos, nomeadamente no que diz respeito à idade e maturidade emocional dos indivíduos envolvidos (Ng et al., 2023).

Por outro lado, não é viável estabelecer uma idade ideal universal, para o início da realização de procedimentos estéticos (Yoon, 2020). Cada caso deve ser analisado

individualmente, sempre sob a orientação de um profissional qualificado. É essencial que o procedimento escolhido seja adequado à faixa etária do paciente, independentemente da idade, uma vez que somente o especialista da área estética ou da saúde, está capacitado para avaliar a necessidade, os riscos e os benefícios de cada intervenção (Yoon, 2020).

Silviéri et al. (2021) afirmam que, tendo em conta a evolução significativa do consumo de procedimentos estéticos, realizaram um estudo com 100 mulheres, residentes em Jacutinga-MG, que indicou valiosas contribuições sobre o perfil demográfico das mulheres que procuram realizar procedimentos estéticos. Os autores, aplicaram um questionário demográfico que explorava variáveis como a idade, escolaridade, estado civil, renda familiar, frequência e tipos de procedimentos, além dos motivos e os níveis de satisfação em relação a esses tratamentos (Silviéri et al., 2021). Os resultados mostraram que, a maioria das participantes encontrava-se na faixa etária dos 21 a 30 anos (37%), embora a maior frequência dos procedimentos realizados tenha sido observada, entre as mulheres de 31 a 40 anos. Os tratamentos mais comuns incluem o *peeling*, depilação a laser e drenagem linfática, técnicas frequentemente associadas à prevenção dos sinais de envelhecimento e ao cuidado com a estética corporal (Silviéri et al., 2021).

A pesquisa revelou que a maioria das participantes era solteira, o que representou 52% da amostra, e que 71% das participantes, possuíam uma renda familiar de 1 a 3 salários mínimos. Ao que confere à escolaridade, 55% das participantes completaram o ensino médio, enquanto 14%, possuem o ensino superior completo (Silviéri et al., 2021). Verificou-se que, os participantes com mais de 61 anos, foram os que, comparativamente às demais faixas etárias, referiram ter realizado menos procedimentos estéticos, constituindo assim o grupo com menor adesão a este tipo de intervenções (Silviéri et al., 2021). Tendo em conta os resultados, pode estar associado a fatores como, as mudanças de prioridades pessoais, menor pressão social ou ainda a questões financeiras e de saúde. Embora não tenham sido

identificadas diferenças estatisticamente significativas em relação à idade ou ao estado civil, a renda familiar mostrou-se um fator decisivo para a decisão a realizar procedimentos estéticos (Silviéri et al., 2021). Os resultados obtidos sugerem que o acesso a este tipo de práticas, continua fortemente condicionado por fatores socioeconômicos. Verificou-se que, as mulheres com rendimentos mais elevados, realizaram um maior número de procedimentos estéticos, em comparação com aquelas que apresentam rendimentos mais baixos (Silviéri et al., 2021).

A realização de procedimentos estéticos, é influenciada por uma variedade de fatores demográficos, apontando para uma necessidade de uma abordagem ética, crítica e responsável, tanto por parte dos profissionais da área, quanto dos consumidores (Silviéri et al., 2021). Compreender todas estas variáveis, é fundamental, pois garante que as práticas estéticas, sejam realizadas de forma segura, consciente e adaptadas às necessidades e características de cada grupo etário e socioeconômico (Silviéri et al., 2021).

Alotaibi (2021), identificou como as atitudes em relação aos procedimentos estéticos variam conforme sexo, idade, etnia, cultura e nacionalidade, além de examinar a influência da exposição aos media, e a relação com o consumo estético. Identificaram que, relativamente ao sexo feminino, apresentaram 90% de aceitação para a cirurgia estética, tendo em conta todos os pacientes submetidos a cirurgias estéticas, o que demonstra que o sexo feminino, possui uma maior aceitação para realizar procedimentos estéticos. Os autores concluíram que, as redes sociais desempenham um papel significativo, para o aumento da aceitação e procura pelos procedimentos estéticos, especialmente, entre as diferentes origens étnicas (Alotaibi, 2021).

Culturalmente, segundo Alotaibi (2021), a cirurgia estética é um fenómeno, que é observado pelas diversas partes do mundo. Contudo, a aceitação dos procedimentos estéticos e os ideais de beleza, podem variar significativamente entre países, etnias e culturas. Cada

cultura, desenvolve e cria o próprio padrão de beleza, o que pode influenciar de forma indireta, a motivação dos indivíduos, a modificar alguma parte do corpo (Alotaibi, 2021). No mesmo seguimento, é observável que na cultura ocidental, a boa forma e a imagem corporal são frequentemente moldadas por padrões culturais estabelecidos (Alotaibi, 2021). A cultura exerce-se um enorme impacto, a ponto de os indivíduos sentirem-se inadequados e negligenciar fatores importantes, como genética, biótipos e os aspetos psicológicos (Alotaibi, 2021).

Ao analisar a literatura sobre o tema, é possível identificar que os EUA, e certas regiões da Europa, tendem a valorizar características como a juventude, corpos tonificados, pele lisa e simetria facial (Pinheiro et al., 2020). São fatores observados, tendo em conta os números elevados ano após ano, para a realização de procedimentos estéticos, como o *botox*, *lifting*, rinoplastia e o aumento de seios (Pinheiro et al., 2020).

Alotaibi (2021) sugere que, a aceitação social e a realização de procedimentos estéticos, é profundamente moldada por valores culturais como mencionado anteriormente. Em sociedades coletivistas, como muitas das culturas asiáticas e árabes, a pressão social e o anseio pela conformidade por padrões em grupo, podem intensificar a procura por intervenções estéticas, especialmente entre as mulheres jovens (Alotaibi, 2021). Por outro lado, em culturas mais individualistas como os EUA, e em alguns países europeus, os procedimentos são frequentemente percebidos como uma manifestação de autonomia e empoderamento pessoal, o que também contribui para a aceitação, mas tendo como motivação o empoderamento feminino (Alotaibi, 2021).

Ligh et al. (2020) analisou o impacto de variáveis sociodemográficas, e a realização de procedimentos estéticos, tendo uma amostra composta por 172 pacientes. Os resultados demonstraram, diferenças estatisticamente significativas, entre os diversos grupos demográficos (Ligh et al., 2020). O estudo afirma que, os pacientes norte-americanos,

apresentaram maior probabilidade, para considerar cirurgiões da mesma etnia, como os mais adequados para alcançar os melhores resultados, ou a procurar por cirurgias estéticas pelo estrangeiro, quando não encontram profissionais que refletissem a própria identidade (Ligh et al., 2020). Consequentemente, os pacientes com rendimentos mais elevados (acima de \$125.000/ano), revelaram uma preferência marcada por cirurgiões do mesmo sexo, e mostraram-se mais sensíveis aos padrões sociais de beleza, considerando o rosto como a característica mais valorizada na estética feminina (Ligh et al., 2020). Já entre os participantes com o nível de educação universitário ou superior, verificou-se uma maior consciência sobre a influência sociocultural de construção da aparência ideal, sendo também mais comum, a percepção de que apenas dieta e exercício, não são suficientes para alcançar os padrões idealizados (Ligh et al., 2020). Os dados obtidos reforçam a importância de considerar variáveis contextuais e identitárias, nas decisões associadas aos procedimentos estéticos, contribuindo para uma compreensão mais abrangente das motivações e das expectativas subjacentes a este fenómeno (Ligh et al., 2020).

4.2. Influência cultural nas decisões estéticas

Lima et al. (2024) sugerem que, a procura para a realização de procedimentos estéticos não é homogênea. Os elementos demográficos, sociais e psicológicos, têm sido identificados como fatores preditivos, ao que se concede, o consumo de procedimentos estéticos. No entanto, os determinantes podem variar, tendo em conta o tipo de procedimento, as características culturais e as crenças religiosas de uma determinada sociedade (Lima et al., 2024). Sendo que, vários fatores mentais estão associados à tomada de decisão, e os elementos relacionados à personalidade podem exercer uma influência significativa, nas interações entre os médicos e os pacientes (Lima et al., 2024). Há comportamentos fundamentais, que impactam as interações, incluindo a procura pela ajuda, a adesão ao tratamento, os estilos de enfrentamento, a tomada de decisão, bem como as escolhas

relacionadas ao estilo de vida e ao apoio social. Tais elementos podem, de forma adversa, afetar o prognóstico e o tratamento das condições tanto físicas quanto mentais (Lima et al., 2024). Atualmente, a beleza é um modelo social, instituído perante a normatização do pensamento crítico no meio cultural. Tendo em conta esta visão, as formas de tratamento estético, apresentam um valor muito valioso, no qual sugerem diversos benefícios, que podem resultar para o conforto e alívio da saúde do indivíduo (Lima et al., 2024). É expresso que, independentemente do sexo, o valor do cuidado, é algo fundamental para uma boa condição e qualidade de vida (Lima et al., 2024).

Os fatores culturais, como as normas de beleza, a identidade étnica e as expectativas sociais, exercem uma influência significativa, para as motivações que levam à realização de procedimentos estéticos (Campos et al., 2023). Os resultados do estudo dos autores, indicam que os ideais de beleza não são universais, mas sim moldados por valores culturais, experiências de pertença social e representações mediáticas (Campos et al., 2023). Consequentemente, a construção do *self*, revela-se profundamente influenciado, pelo contexto sociocultural, o que evidencia que as motivações estéticas, são socialmente determinadas (Campos et al., 2023). Compreender tais fatores culturais, permitiu aos autores defender uma abordagem mais sensível, às identidades individuais, sobretudo quando as escolhas estéticas se entrelaçam com a autoestima, o desejo de aceitação social e os padrões de beleza internalizados (Campos et al., 2023).

Ligh et al. (2020) afirmam que, as decisões relacionadas à realização de procedimentos estéticos, vão para além de meras preferências pessoais, sendo profundamente influenciadas por construções sociais e culturais enraizadas. No estudo realizado, os autores analisaram uma amostra composta por indivíduos com diferentes perfis demográficos, e concluíram que fatores como a etnia, o sexo, a idade, o rendimento e o nível de escolaridade,

influenciam significativamente, as motivações para a realização de intervenções estéticas (Ligh et al., 2020). Os resultados indicam que, estes comportamentos, refletem não apenas a procura pela conformidade com padrões estéticos, mas também a importância da identificação cultural e da confiança no profissional, especialmente quando os padrões vigentes não contemplam a diversidade étnica (Ligh et al., 2020). Consequentemente, o sexo e a faixa etária, revelaram-se determinantes, tanto para as expectativas em relação aos resultados, como as razões que levam os indivíduos a recorrer a tais procedimentos estéticos (Ligh et al., 2020). O nível socioeconómico, também desempenha um papel relevante, e afeta o tipo de intervenção desejada, bem como os critérios utilizados pela escolha do profissional (Ligh et al., 2020). Deste modo, é possível compreender que, as decisões estéticas, são moldadas por normas culturais internalizadas, permeadas por categorias sociais significativas, como a etnia, o género e a classe social. Os autores consideram importante o contexto sociocultural, ao investigar as motivações para a realização de procedimentos estéticos (Ligh et al., 2020).

Zhou & Wang (2023), também investigaram a influência cultural, e associação aos procedimentos estéticos. Concluíram que, em diferentes contextos socioculturais, é possível observar que a influência da cultura para as decisões estéticas, vão para além das fronteiras geográficas. Embora as motivações possam variar conforme o contexto social, certos padrões de pressão estética e a procura da aceitação social parecem ser um fator universal (Zhou & Wang, 2023).

Consequentemente, o estudo de Zhou & Wang (2023) oferece uma perspetiva complementar, e igualmente rica, ao evidenciar de que forma os fatores socioculturais e económicos, estão interligados ao processo, de decisão estética, entre as mulheres universitárias. As decisões estéticas, especialmente entre as mulheres jovens, são

profundamente moldadas por dinâmicas culturais, sociais e económicas. O estudo realizado pelos autores, tendo como participantes, alunas universitárias da China, revelou que a aceitação da cirurgia estética, está intimamente ligada a fatores socioculturais, como a influência dos pares, a exposição aos media, e os padrões familiares relacionados a status socioeconómicos (Zhou & Wang, 2023). Por outro lado, os autores destacam que a aparência física, é percecionada, como um recurso capaz de impactar as oportunidades profissionais (Zhou & Wang, 2023). Em muitos casos, a cirurgia estética é encarada como uma estratégia, para aprimorar o desempenho dentro do mercado de trabalho, e alcançar uma maior mobilidade social (Zhou & Wang, 2023). Os resultados, identificam descobertas importantes, e reforçam a ideia de que, as normas culturais atuais, ao promoverem os ideais estéticos estreitos, e frequentemente alinhados ao ocidente, impõem uma pressão significativa sobre as mulheres. O estudo considera que a modificação do corpo, é como um caminho para o sucesso social e económico (Zhou & Wang, 2023). Observa-se que, a estética está intrinsecamente ligada ao contexto sociocultural, em que cada um está inserido, onde os fatores como o sexo, capital económico e o sentimento de pertença a um determinado grupo social, influencia as perceções e decisões individuais (Zhou & Wang, 2023).

Mohammadi et al. (2023), apresentam uma perspetiva distinta sobre a influência cultural, destacam que, o uso compulsivo das redes sociais e a regulação emocional estão diretamente associados à perceção da imagem corporal e ao aumento do desejo de realizar cirurgia plástica entre mulheres. Embora o enfoque principal incida sobre fatores psicológicos individuais, os resultados refletem, igualmente, a presença de influências culturais significativas (Mohammadi et al., 2023). As redes sociais, atuam como difusoras de ideais de beleza socialmente construídos, promovendo padrões estéticos muitas vezes irreais e uniformizados (Mohammadi et al., 2023). A exposição prolongada a plataformas digitais, conduz à internalização de padrões, intensificando a insatisfação corporal e o desejo de

modificar a aparência física, com o intuito de alcançar uma suposta aceitação social (Mohammadi et al., 2023). Neste sentido, o comportamento estético não pode ser dissociado do contexto cultural contemporâneo, fortemente marcado por normas visuais e expectativas coletivas. O estudo dos autores, revela que, as decisões relativas à cirurgia estética, são moldadas por uma cultura digital, que valoriza a aparência, reforça estereótipos e limita a diversidade corporal, especialmente entre as mulheres (Mohammadi et al., 2023).

5. Aspectos psicológicos dos pacientes

5.1. Autoestima e autoconceito

Ao longo dos anos, a literatura vem a discutir, a influência dos fatores socioculturais e a relação com ideais de imagem corporal, associados aos padrões de beleza, prevendo até como tais fatores influenciam a percepção corporal do indivíduo (Di Gesto et al., 2022). A imagem corporal positiva, é um conceito abrangente que engloba o amor e o respeito pelo próprio corpo, proporcionando uma oportunidade para apreciar a própria singularidade e funcionalidade (Di Gesto et al., 2022).

A imagem corporal, está intimamente relacionada com a autoestima, sendo que, a literatura indica uma forte associação entre a realização de cirurgia estética, e as variações dos níveis de autoestima, que tendem a aumentar ou diminuir consoante o contexto (Riehm et al., 2019).

Paul Schilder, renomado psiquiatra, contribuiu para os estudos sobre a imagem corporal, definindo-a como um fenómeno complexo e multidimensional (Schilder, 1999). Para o autor, a imagem corporal não é apenas uma construção cognitiva, mas também um reflexo dos desejos, das atitudes emocionais e das interações sociais (Schilder, 1999). Neste sentido, Schilder, defende que, a formação da imagem corporal, é influenciada não apenas por fatores patológicos, mas também por experiências quotidianas e contextos relacionais. O

autor, observa ainda que, a constante procura pelo corpo ideal, é movida por emoções e pela percepção comparativa de múltiplos corpos pelo meio social (Schilder, 1999).

Consequentemente, a construção da imagem corporal, é concebida como sendo um processo dinâmico, moldado por fatores socioculturais e hábitos individuais, que influenciam a forma como os sujeitos experienciam e expressam o seu corpo (Schilder, 1999). As experiências da imagem corporal, são enriquecidas por sentimentos sobre nós mesmos, influenciados por fatores culturais, personalidade e autoestima (Schilder, 1999).

Morris Rosenberg, afirma que, a autoestima é a combinação dos pensamentos, opiniões e sentimentos a respeito de nós mesmos (Rosenberg, 2015). Sendo que a autoestima global, desempenha um papel fundamental para a saúde mental e social de cada indivíduo, identificando a adaptação do indivíduo à sociedade e ao meio ambiente (Rosenberg, 2015). O autor, distingue também, a relação positiva ou negativa que uma pessoa tem consigo mesma, que é classificada como baixa, média ou alta (Rosenberg, 2015). Os níveis de autoestima, relacionam-se através de construtos psicológicos, como o bem-estar e autoimagem (Rosenberg, 2015). Nos países desenvolvidos, a autoestima tem sido um forte indicador para a saúde mental, sugerindo que os procedimentos estéticos podem ser uma tentativa de resolver discrepâncias entre a autoimagem e o ideal de *self* (Rosenberg, 2015). Se o indivíduo sente que a própria aparência atual não corresponde à imagem corporal ideal, pode ser um preditor para o indivíduo procurar estratégias a nível estético, para melhorar a autoestima e consequentemente a autoimagem (Rosenberg, 2015).

De acordo com a investigação dos autores Barros et al. (2023), e os resultados que obtiveram da pesquisa de vários artigos, concluíram que, os procedimentos estéticos impactam os níveis de autoestima, e resultam de um aumento de autoconfiança aos indivíduos que optam por realizar procedimentos estéticos. A insatisfação com a imagem corporal, é um autojulgamento negativo que o indivíduo tem para consigo mesmo (Barros et

al., 2023). A insatisfação percebida, pode aumentar devido à pressão social, e gerar consequências, como a distorção de imagem, distúrbios alimentares, distúrbios obsessivo-compulsivos, alterações de humor, ou até dismorfia corporal (Barros et al., 2023). Os procedimentos estéticos, devem possuir como base a promoção da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida, contribuindo para o aumento dos níveis de autoestima do indivíduo, sem comprometer a integridade física ou psicológica (Barros et al., 2023).

Os procedimentos estéticos desempenham um papel fundamental para a avaliação da autoimagem corporal, uma vez que, influencia diretamente o autoconceito e, conseqüentemente, a autoestima, além de estar ligada ao bem-estar emocional (Barros et al., 2023). Tendo em conta esta visão, a pesquisa dos autores orienta para o fato dos procedimentos estéticos, elevarem a confiança e melhorarem a vida social, demonstrando diversos benefícios para o bem-estar do indivíduo (Barros et al., 2023).

Lima et al. (2024) sugere que, tanto o sexo feminino como o masculino, avaliam a imagem do corpo perfeito, tendo em conta as próprias crenças, o que pode alcançar tanto benefícios positivos quanto negativos. É um padrão que exerce influência para a percepção da beleza, e pode provocar alterações consideráveis, não apenas para o estado emocional, mas também para o que é considerado percepção pessoal e bem-estar geral (Lima et al., 2024).

O perfil dos indivíduos que realizam ou desejam realizar procedimentos estéticos, constitui-se a partir de sujeitos com baixos níveis de autoestima e insatisfação com algumas partes do corpo, elevada atitude defensiva e maior sensibilidade afetiva (Souza et al., 2022). Além disso, comportamentos narcísicos e personalidade histriônica, são mais comuns nestes sujeitos (Souza et al., 2022).

A insatisfação com a imagem corporal desempenha um papel central para a saúde mental, e está fortemente associada a perturbações como a dismorfia corporal (Campos et al., 2023). Embora seja comum algum grau de descontentamento com o corpo, quando a preocupação atinge níveis patológicos, pode indicar o desenvolvimento de distúrbios mentais (Campos et al., 2023). A perturbação dismórfica corporal, caracteriza-se por uma preocupação excessiva e angustiante, com defeitos imaginários ou minimamente perceptíveis da aparência, e afeta significativamente a qualidade de vida (Campos et al., 2023). Indivíduos diagnosticados com dismorfia corporal, tendem a evitar atividades quotidianas e investem grande parte do tempo e energia em aumentar as preocupações (Campos et al., 2023).

Os autores Campos et al. (2023), consideram que, os pacientes que são diagnosticados com dismorfia corporal, têm uma forte tendência para ocultar a natureza de desejo, e submetem-se a qualquer tipo de procedimento. A prevalência da dismorfia corporal na população em geral varia entre 0.7% a 2.4%, em maioria mulheres, sem média de idade definida. A importância da abordagem multidisciplinar, pode ajudar no diagnóstico precoce, evitando a insatisfação com o resultado do procedimento estético (Campos et al., 2023).

Lima et al. (2024), constitui a saúde mental, como sendo um fator determinante para a realização de procedimentos estéticos. É amplamente reconhecido que, a presença de imperfeições estéticas, está associada à manifestação de diversos distúrbios psicológicos, como a depressão, o stress, e a ansiedade (Lima et al., 2024). As variáveis mencionadas anteriormente, impactam negativamente a autoestima, bem como a satisfação e a qualidade de vida dos indivíduos (Lima et al., 2024).

Souza et al. (2022), identifica alguns dos fatores, que desempenham um papel fundamental para a realização de procedimentos estéticos. Primeiramente, destaca-se o aumento dos níveis de autoestima, que se traduz pelo desejo de sentir-se mais confiante e

satisfeito com a própria aparência. A autoestima está intrinsecamente ligada a aspetos psicológicos, como o bem-estar e a autoimagem (Souza et al., 2022). A procura pela identidade coerente com a autoimagem idealizada, fomenta a necessidade para recorrer a procedimentos estéticos, com o objetivo de alinhar a aparência externa, à percepção interna de si mesmos. De acordo com os autores, os procedimentos estéticos, contribuem para o aumento dos níveis de autoestima, e para a promoção do bem-estar psicológico, podendo resultar em benefícios significativos, ao nível da qualidade de vida (Souza et al., 2022).

5.2. Regulação emocional e os procedimentos estéticos

A teoria cognitiva de Lazarus, afirma que as emoções são causadas pela autoavaliação de uma situação, ignorando fatores fisiológicos ou externos (Couper et al., 2021). Os sentimentos surgem num vácuo emocional, perturbam a atividade cognitiva, penetram o raciocínio de indeterminação, opondo a emoção à razão pela procura constante da razão (Couper et al., 2021). Seguindo a perspetiva, a lógica desaparece e os pensamentos perdem o sentido. O que distingue a emoção do pensamento, é que a emoção faz parte de um processo existente e automatizado, para solucionar problemas existenciais, já as emoções influenciam parcialmente a atividade mental, afetando os nossos julgamentos e decisões (Couper et al., 2021). A revisão da literatura, identifica a regulação emocional, a partir da capacidade de gerir e controlar as emoções, de forma construtiva, envolvendo a capacidade de refletir, compreender e processar eficazmente as emoções, tanto positivas como negativas, com o objetivo de promover o bem-estar emocional e o funcionamento psicológico saudável (Couper et al., 2021).

A inteligência emocional, por sua vez, é a habilidade de reconhecer e compreender as emoções, utilizando-as para facilitar o pensamento e a adaptação aos desafios do quotidiano. Ao desenvolvermos a inteligência emocional, podemos beneficiar desses processos a nosso

favor, tornando-nos mais capazes de lidar com adversidades e promover elevados níveis de bem-estar emocional (Couper et al., 2021). Indivíduos com dificuldades em dimensões interpessoais, e elevados níveis de insatisfação com a imagem corporal, podem apresentar défices de regulação emocional, adotando comportamentos de retraimento social, como esconder o corpo, focar-se excessivamente na aparência e procurar constantemente a validação externa, com o objetivo de atenuar emoções negativas e reduzir o desconforto associado à sua imagem corporal. (Di Gesto et al., 2022).

Estudos afirmam que indivíduos com baixa satisfação corporal, tendem a possuir altos níveis de ansiedade social e depressão (Cash et al., 2011). As emoções negativas, podem levar a um ciclo de isolamento social e de autocritica, exacerbando ainda mais a insatisfação com a própria imagem (Grabe et al., 2008).

O estudo de Thompson & Stice (2001), corrobora estes fatos, e sugere que, a internalização de ideais de beleza irreais promovidos pelos media, está fortemente associada a problemas de imagem corporal e a comportamentos evitativos. Consequentemente, indivíduos que experienciam a insatisfação corporal, muitas das vezes, desenvolvem estratégias de enfrentamento ineficazes, como evitar situações sociais, onde o seu corpo pode ser avaliado, o que perpetua sentimentos de inadequação e reforça a evitação (Cash et al., 2011). Os comportamentos de evitação, podem ser percecionados como tentativas de regular as emoções negativas, associadas à insatisfação corporal, mas frequentemente resultam em isolamento social, e numa maior dificuldade a lidar com as emoções, de forma mais saudável (Striegel-Moore & Bulik, 2007).

McRae & Gross (2020), definem a regulação emocional (RE), como o conjunto de tentativas que visam a influenciar as emoções, tanto em nós próprios como nos outros. A partir desta perspetiva James Grosso, organizou um modelo de desenvolvimento de RE, dividido em cinco famílias, tendo em conta o processo de gerar emoções. Baseou-se no

momento em que, as estratégias de RE, são aplicadas ao longo da trajetória de uma resposta emocional (McRae & Gross, 2020). O modelo inicia pela seleção da situação, que consiste na escolha de contextos responsáveis, por desencadear ou suprimir determinadas emoções. O autor refere que, os indivíduos optam por evitar situações que à partida vão desencadear emoções negativas (McRae & Gross, 2020). O segundo grupo, é designado por alteração de situação para um local privado, envolvendo a alteração de aspetos de um evento ou contexto para influenciar as respostas emocionais (McRae & Gross, 2020). O terceiro grupo, é nomeado pelo desdobramento da atenção responsável, pelo direcionamento da atenção para longe de estímulos emocionais (McRae & Gross, 2020). O quarto grupo, designa-se por mudança cognitiva, o indivíduo realiza uma reavaliação de uma situação, com o objetivo de alterar o impacto emocional (McRae & Gross, 2020). Esta pode ser praticada através de diversas estratégias, como por exemplo, encarar uma resposta negativa, como uma oportunidade de crescimento pessoal (McRae & Gross, 2020). A modulação de resposta, é o último passo do modelo, caracterizado pela alteração da emoção já desencadeada (McRae & Gross, 2020). As estratégias, podem incluir a supressão expressiva, evitando a expressão externa do estado emocional interno. O modelo RE, foi criado com o objetivo de os técnicos compreenderem como as pessoas gerenciam as emoções em diversas situações (McRae & Gross, 2020).

Partindo do modelo de regulação emocional, proposto por McRae & Gross (2020), é possível compreender que, numa perspetiva aplicada, de que forma, as estratégias de regulação emocional, se manifestam no comportamento dos indivíduos.

Neste sentido, o estudo desenvolvido por Mohammadi et al. (2023), fornece dados empíricos relevantes, ao demonstrar que, níveis reduzidos de regulação emocional, estão significativamente associados a uma maior insatisfação com a imagem corporal, assim como a um aumento do desejo, a realizar uma cirurgia plástica (Mohammadi et al., 2023). Os

resultados sugerem que, dificuldades de aplicação de estratégias adaptativas, como a reavaliação cognitiva ou a modulação da resposta emocional, podem levar os indivíduos, a procurar soluções externas, como os procedimentos estéticos, para gerir o desconforto emocional associado à autoimagem (Mohammadi et al., 2023). Os autores, observaram uma correlação negativa estatisticamente significativa, entre as estratégias de regulação emocional, a insatisfação corporal, e a tendência para realizar cirurgia estética. Consequentemente, foi identificado que, a imagem corporal desempenha um papel mediador relevante, entre a relação da regulação emocional e o desejo por realizar procedimentos estéticos (Mohammadi et al., 2023). Os autores concluem que, a dificuldade em gerir adequadamente as emoções, pode funcionar como um fator de risco para o desenvolvimento de patologias (Mohammadi et al., 2023).

5.3. A influência da aparência física na identidade

A aparência física impacta significativamente a vida dos indivíduos, e atua diretamente em diversos aspetos pessoais, sociais e profissionais (Barone et al., 2022). As primeiras impressões, são formadas em questão de segundos, tendo em conta a aparência física (Barone et al., 2022). Neste sentido, as impressões iniciais, moldam as interações e a imagem que projetam perante a outra pessoa. Os autores Barone et al. (2022) afirmam que, a aparência física, muitas das vezes, serve como um indicador rápido para os julgamentos, mesmo antes de qualquer interação verbal ocorrer (Barone et al., 2022).

Shen et al. (2022) afirmam que os relacionamentos pessoais são, igualmente, afetados pela aparência. A atração inicial, muitas das vezes é baseada por aspetos visuais, e a aparência, pode influenciar as interações sociais, e a forma como as pessoas se relacionam umas com as outras (Shen et al., 2022). A autoestima e a confiança dos indivíduos, são potencialmente influenciadas, tendo em conta a imagem que estabelece de si próprio (Shen et

al., 2022). Assim, a percepção de nós mesmos, seja negativa ou positiva, impacta diretamente a nossa autoimagem e autoestima (Shen et al., 2022).

A identidade de um indivíduo, é formada ao longo da vida, e pode ser expressa através da aparência (Noack, 2007). A modificação de algumas partes do corpo, podem ser percebidos, como uma forma de combinar a aparência exterior com a identidade interior, especialmente quando a identidade muda ou é redefinida (Noack, 2007). Erik Homburger Erikson, foi um psicólogo e psicanalista alemão-americano, reconhecido pela teoria, sobre o desenvolvimento psicossocial do ser humano (Noack, 2007). O psicólogo e também filósofo, identificou a relação da identidade, incluindo as experiências, relacionamentos, crenças, valores e memórias, que constituem o significado subjetivo da pessoa (Noack, 2007). A definição mencionada, contribui para a formação de uma autoimagem sólida e para o aumento do nível da autoestima, mesmo enquanto novos aspetos do *self*, continuam a ser desenvolvidos ao longo do tempo (Noack, 2007). Evidências comprovam que, um indivíduo que se sente bem com a própria aparência, normalmente exibe mais confiança, o que, por sua vez, vai refletir-se, pelas diversas áreas da vida, desde as interações sociais até o desempenho no trabalho (Noack, 2007).

A preocupação excessiva pela aparência, resulta em diversas consequências para a saúde mental e física (Riehm et al., 2019). Distúrbios como anorexia, bulimia e dismorfia corporal, são frequentemente associados à insatisfação com a própria aparência. Por outro lado, estar satisfeito com a aparência, pode contribuir significativamente para o bem-estar geral, promovendo uma atitude positiva e saudável (Riehm et al., 2019). É essencial promover uma visão mais inclusiva e realista da beleza, de modo a atenuar os efeitos negativos, associados à aparência e a favorecer um ambiente onde todas as pessoas se sintam valorizadas e aceites, independente do aspeto físico (Riehm et al., 2019).

Gillen & Markey (2021) corroboram os dados acima mencionados, e ainda exploram como a insatisfação com a imagem corporal, impacta a identidade e a vida das mulheres, levando-as a adotar comportamentos, voltados para o controle do peso, e a considerar pela realização de procedimentos estéticos, como a cirurgia plástica. Os autores, constatarem que, as mulheres que estão mais insatisfeitas com a aparência física, tendem a empenhar-se em realizar mudanças corporais, que vão desde dietas rigorosas até à procura por intervenções cirúrgicas (Gillen & Markey, 2021). Neste sentido, os autores concluem que, a insatisfação está intimamente relacionada à influência cultural, sobre os padrões de beleza, que muitas das vezes são impostos pela sociedade, e amplificados pelos meios de comunicação. A incessante procura pela “beleza ideal”, pode tornar-se uma estratégia para aprimorar a autoestima e conquistar aceitação social, e reforça a ideia de que, a aparência física é um dos pilares fundamentais para a construção da identidade (Gillen & Markey, 2021). As mulheres que, estão seguras e satisfeitas com a própria imagem corporal, podem vivenciar um conflito interno, pois a sociedade contemporânea tende a vincular a identidade social e o valor pessoal, em conformidade com determinados padrões estéticos (Gillen & Markey, 2021).

Adicionalmente, o estudo evidencia que, o controle do peso e a preocupação com a aparência, impacta negativamente a saúde mental das mulheres, sugerindo que a cirurgia estética, seja um caminho, para alinharem-se aos ideais culturais de beleza, o que pode acarretar consequências tanto psicológicas como sociais (Gillen & Markey, 2021). O desejo para a transformação, pode estar profundamente ligado à pressão social, para atender a expectativas estéticas, frequentemente desconsiderando a diversidade dos corpos e o bem-estar emocional (Gillen & Markey, 2021).

A aparência física, exerce um impacto profundo para a identidade da mulher, ultrapassando a dimensão estética superficial, e assumindo um papel determinante, para a

construção da autoimagem, e a forma como a mulher se relaciona com os outros, e a forma como é percebida pela sociedade (Ridley et al., 2022). A literatura recente sublinha que, a internalização dos ideais culturais de beleza, influencia diretamente a percepção que as mulheres têm de si mesmas, bem como o valor que acreditam ter aos olhos dos outros (Ridley et al., 2022).

6. Aspectos éticos e sociais dos procedimentos estéticos

6.1. Desafios éticos nos procedimentos estético

Apesar do grau de invasividade, os procedimentos estéticos tornaram-se numa prática comum perante a sociedade contemporânea, ao qual a sociedade foi impulsionada por ideais de beleza observados pelos media, redes sociais e até pela indústria da estética (Schonauer et al., 2025). Contudo, todo o crescimento acentuado, levanta uma série de desafios éticos relevantes, especialmente ao que confere à autonomia do paciente, à responsabilidade dos profissionais e às pressões sociais envolvidas (Schonauer et al., 2025). Enquanto os avanços na área estética, continuam a oferecer técnicas inovadoras, também introduzem incertezas éticas quanto à segurança, ao consentimento informado e aos limites da prática responsável (Schonauer et al., 2025).

Lee et al. (2019) corrobora as preocupações mencionadas anteriormente, ao concluir que, os próprios cirurgiões plásticos, reconhecem tais dilemas, e é evidente a necessidade urgente de serem estabelecidas diretrizes bioéticas específicas, para lidar com a inovação estética. De acordo com os autores, acreditam ser fundamental, reconhecer que toda a inovação cirúrgica, requer considerações éticas distintas das terapias médicas convencionais, pois estas são normalmente sujeitas à aprovação de agências reguladoras com base em evidências científicas, que garantem a segurança e a eficácia, o que nem sempre ocorre para as inovações estéticas (Lee et al., 2019). A pesquisa conduzida pelos autores Lee et al.

(2019), com uma amostra de 649 cirurgiões plásticos, revelou que, o benefício potencial para o paciente, é considerado o fator mais importante quanto ao que toca à justificação para a inovação constante de novas técnicas cirúrgicas, tanto no campo reconstrutivo (92.8%), quanto estético (87.6%) (Lee et al., 2019).

No entanto, embora a maioria dos profissionais tendem a valorizar outros aspetos, como a capacidade de comunicar possíveis riscos e benefícios dos tratamentos, o impacto sobre as complicações pós-operatórias e a estrutura institucional para lidar com eventuais intercorrências, apenas cerca de metade dos participantes, considerou a aprovação de um conselho de revisão institucional, sendo este um fator relevante para validar a inovação (49.8% para a cirurgia reconstrutiva e 50.8% para estética) (Lee et al., 2019). Os dados observados, revelam uma lacuna ética preocupante, porque apesar de existir uma forte valorização do bem-estar do paciente, há uma subvalorização dos mecanismos formais ao que confere à regulação e para a supervisão ética (Lee et al., 2019). Os autores, concluem e reforçam a necessidade para possíveis políticas mais rigorosas, e que sejam baseadas em princípios da bioética, particularmente a não maleficência, a justiça, e que possam garantir ao paciente que, a inovação na medicina estética, ocorra de forma segura, transparente e responsável (Lee et al., 2019).

Schonauer et al. (2025), exploram um campo complementar e igualmente importante: a ética para a divulgação de procedimentos estéticos, em redes sociais por profissionais da área. Neste sentido, o artigo elaborado por membros da *Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica*, propõe uma política oficial, destinada a orientar o comportamento dos cirurgiões, nas diversas plataformas digitais. O grupo responsável pelo trabalho, conduziu uma revisão sistemática dos códigos de ética, e das diretrizes do uso dos media sociais, em 26 sociedades de cirurgia plástica, com o objetivo de identificar lacunas e desenvolver um novo código de ética. O novo código de ética, destaca a importância do profissionalismo, da

transparência, da privacidade do paciente e do *marketing* ético, sendo este, integrado às diretrizes éticas mais amplas da *Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica* (Schonauer et al., 2025).

O principal objetivo dos autores, encontra-se pela ponte entre a ética médica, o *marketing* e a imagem profissional, sendo que é sustentado que os pacientes estão cada vez mais propensos a informarem-se (ou desinformar-se), a partir dos conteúdos que consomem, especialmente em redes sociais. Neste sentido, a forma como os procedimentos estéticos são promovidos, pode influenciar significativamente e indevidamente, as decisões dos indivíduos, podendo gerar expectativas irreais e, conseqüentemente, pode aumentar a vulnerabilidade emocional, sobretudo entre as mulheres (Schonauer et al., 2025). Os autores, ao analisarem os diversos artigos, observaram que, são vários os países que, apenas baseiam-se em três aspetos fundamentais: a autenticidade da mensagem, o respeito ao paciente e o respeito pela profissão médica (Schonauer et al., 2025). Considerando o cenário, em constante evolução da cirurgia estética, a ascensão das redes sociais, transformou de forma significativa as expectativas dos pacientes, a representação profissional e a comunicação pública (Schonauer et al., 2025).

A Política proposta pela *Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica*, destaca que os profissionais da área devem aderir a princípios como: a honestidade em relação ao próprio perfil e qualificações; a manutenção de uma postura profissional e respeitosa; a comunicação sobre os procedimentos estéticos deve ser clara e verdadeira, de forma a apresentar os resultados a serem autênticos e sem filtros; o conteúdo veiculado deve ter carácter educativo e informativo para os pacientes; é essencial respeitar o consentimento e o anonimato dos pacientes; os profissionais têm que evitar a "espetacularização" tendo em conta as práticas publicitárias, abster-se de promessas exageradas ou enganosas e atuar em conformidade com as leis e regulamentações locais relacionadas à publicidade na área da

saúde; é igualmente importante evitar a divulgação de preços e promoções desnecessárias (Schonauer et al. 2025).

O código de ética, tem como objetivo orientar a conduta profissional, estimulando a colaboração e a representação da sociedade, perante as interações, com os meios de comunicação, ao mesmo tempo em que ressalta a responsabilidade coletiva dos cirurgiões plásticos, em manter os padrões éticos da profissão (Schonauer et al., 2025). A literatura prediz que, a conduta profissional na medicina, enfatiza a relevância em cultivar um ambiente colaborativo e respeitoso, que priorize o bem-estar do paciente, acima dos interesses competitivos ou comerciais. À luz das discussões dos vários autores, vai sendo cada vez mais claro que, os procedimentos estéticos, requerem uma abordagem ética, que transcende as considerações meramente técnicas e comerciais (Schonauer et al. 2025).

Para enriquecer esta reflexão, o artigo de Atiyeh et al. (2020) apresenta uma análise crítica sobre a crescente mercantilização da cirurgia estética, tornando-se um alerta para os vários riscos, de que a prática esteja a afastar-se dos fundamentos médicos e éticos. Os autores argumentam que, ao submeterem-se a lógicas predominantemente comerciais, a cirurgia estética pode ser direcionada por uma indústria de beleza, que visa a atender à demanda gerada por padrões idealizados, em vez de responder às reais necessidades dos pacientes. Denominada por “tendência”, pode vir a comprometer a integridade da relação entre o médico e o paciente, e ferir o princípio da não maleficência, especialmente quando os indivíduos vulneráveis, são encorajados a submeter-se a procedimentos, que podem não trazer benefícios significativos e, em alguns casos, resultarem em danos físicos e psicológicos (Atiyeh et al., 2020).

Kaleeny et al. (2024), estimam uma prevalência global de 18,6% para doenças psicológicas, como a dismorfia corporal, entre indivíduos que procuram procedimentos

estéticos, com uma média etária de 35,5 anos, e uma predominância do sexo feminino (62,9%). Tendo em conta o cenário, os autores, enfatizam a necessidade de implementar avaliações psicológicas rigorosas, e reforçar critérios éticos universais, que orientem as decisões clínicas, especialmente em casos onde os riscos cirúrgicos, podem superar os potenciais benefícios para a autoestima (Kaleeny et al., 2024). Consequentemente, os desafios éticos, relacionados aos procedimentos estéticos, estão intimamente ligados ao equilíbrio entre a inovação, autonomia, responsabilidade profissional e regulamentação institucional (Kaleeny et al., 2024). A prática ética na estética, só poderá ser alcançada por meio de princípios claros, que resistam às pressões do mercado e garantam a saúde física e emocional dos pacientes, de modo a promover escolhas livres, informadas e conscientes (Kaleeny et al., 2024).

Inevitavelmente, a saúde mental emerge como uma variável crítica a ser considerada. Um estudo realizado por Jang et al. (2019), a partir de uma amostra de 803 participantes, que já tinham realizado procedimentos estéticos, os dados revelaram que, mais de metade (424), foram realizados em pacientes com diagnóstico psiquiátrico, salientando a alta prevalência de perturbações psicológicas, entre este público (Jang et al., 2019). Embora a maioria dos tipos de cirurgia não tenha apresentado diferenças significativas entre os grupos, com e sem diagnóstico, à exceção da cirurgia de ginecomastia, mais frequente em pacientes sem perturbações psiquiátricas (Jang et al., 2019). Os dados, reforçam a necessidade de uma avaliação psicológica criteriosa, para o processo de decisão clínica, a fim de garantir que a intervenção estética não se torne uma resposta imediata, a um sofrimento psíquico subjacente, nem alimente expectativas irreais (Jang et al., 2019). Neste sentido, a integração de uma abordagem multidisciplinar e ética, que considere os fatores emocionais e sociais envolvidos, é essencial, para promover escolhas conscientes, saudáveis e verdadeiramente transformadoras, tanto a nível físico quanto psicológico (Jang et al., 2019).

6.2. A pressão social e o “Zoom Boom”

Nos últimos anos, é notável o aumento expressivo no número de solicitações para teleconsultas, com cirurgiões da área estética, que pertencem a consultórios particulares, atingindo 70%, de pacientes residentes no Reino Unido e 64%, residentes nos EUA (Smith et al., 2021). Observa-se, ainda que, de forma especulativa, que está associado, ao conceito de “Zoom Boom”, uma expressão que retrata a crescente preocupação, com a aparência física, impulsionada pela exposição prolongada à própria imagem, especificamente nas plataformas de videoconferência (Smith et al., 2021). A transformação da percepção, que as pessoas observam em si mesmas, pode também estar vinculada, ao impacto psicológico da pandemia do COVID-19, este que impactou diretamente, o estado emocional dos pacientes (Smith et al., 2021). Os autores Smith et al. (2021), acreditam sobre a possibilidade da tendência “Zoom Boom”, está diretamente relacionada ao conceito de “rosto de confinamento” (*lockdown face*), que está associado a uma autopercepção alterada, e, em alguns casos, distorcida, em decorrência da exposição constante à própria imagem nos ecrãs (Smith et al., 2021). Com o surgimento da pandemia, o aumento do teletrabalho, emergiu um fenómeno conhecido como *Zoom Boom*, caracterizado por uma maior exposição à própria imagem, em contextos de videoconferência (Smith et al., 2021).

A exposição contínua, levou a muitas pessoas, a tornarem-se mais críticas em relação à própria aparência, desencadeando sentimentos de insatisfação corporal e, em alguns casos, contribuindo para o desejo de modificar traços faciais (Chen et al., 2021). Esta dimensão, está intrinsecamente ligada à pressão social, exercida pelos padrões estéticos veiculados, tanto pelas redes sociais como pelas interações virtuais, nas quais a aparência assume um papel de destaque (Chen et al., 2021).

Em Portugal, embora os dados ainda sejam escassos, observa-se uma tendência semelhante à verificada noutros países. Segundo o *Jornal Expresso* (2022), a *Up Clinic*,

sediada em Lisboa, registou aumentos expressivos, pela procura de intervenções estéticas, durante o período pandémico, nomeadamente rinoplastias (+144 %), rejuvenescimento periocular (+55 %), aumento mamário e glúteo (+40 %) e substituição de próteses (+60 %). Os resultados mencionados, sugerem que, para além das motivações individuais, as decisões estéticas, são fortemente influenciadas por fatores socioculturais contemporâneos, para os quais a imagem corporal é amplamente valorizada, e constantemente exposta ao escrutínio público (*Jornal Expresso*, 2022).

Contudo, toda esta mudança associada à autopercepção, pode não ser atribuída apenas ao tempo gasto em videoconferências, mas também ao impacto psicológico, que foi generalizado, em plena pandemia, no qual afetou o humor e o bem-estar emocional, de uma parte significativa da população (Smith et al., 2021). Os autores realizaram uma pesquisa anónima, disponibilizada online, e divulgada através das redes sociais, mais concretamente em Itália e no Reino Unido, durante o mês de maio de 2021 (Smith et al., 2021). O objetivo do inquérito foi recolher informações sobre dados demográficos, tipo de procedimento estético desejado, motivações para cirurgia estética, atrasos devido à pandemia, efeitos emocionais da pandemia e a influência das videoconferências na perceção da imagem corporal (Smith et al., 2021). Um total de 159 indivíduos, participou na pesquisa, sendo que 73%, dos participantes eram do sexo feminino. A maioria dos procedimentos mencionados, focou-se na parte superior do corpo e no rosto (78%) (Smith et al., 2021). Aproximadamente, dois terços dos entrevistados demonstraram interesse por intervenções faciais minimamente invasivas, 56% mencionaram interesse em injeções de toxina botulínica, 32% em preenchimentos dérmicos e 12% em ambos (Smith et al., 2021). Os restantes dos participantes, optaram por cirurgias mamárias ou procedimentos faciais mais invasivos, como rinoplastia e ritidoplastia (Smith et al., 2021). Tendo em conta outros procedimentos desejados incluíam intervenções na parte inferior do corpo, como lipoaspiração (15%) e

abdominoplastia (7%) (Smith et al., 2021). Os dados evidenciam um aumento expressivo pela procura por procedimentos estéticos, motivado, em muitos casos, o desejo de atenuar os efeitos daquilo que alguns denominavam como “cara de confinamento” (Smith et al., 2021). Consequentemente, ficou claro que, o uso frequente de videoconferências, impactou negativamente, a percepção que as participantes influem pela autoimagem corporal (Smith et al., 2021). Embora a videoconferência, pareça ter um papel significativo para o aumento da demanda por consultas de cirurgia estética, os resultados sugerem que, a autopercepção negativa, está intimamente ligada ao impacto psicológico da pandemia, incluindo mudanças de humor e possíveis sintomas de depressão (Smith et al., 2021).

O COVID-19, originou alterações visíveis e profundas, e veio a alterar hábitos sociais e profissionais, tendo com maior destaque, o uso intensivo de plataformas de videoconferência como o *Zoom*. O teletrabalho, tornou-se numa nova realidade e contribuiu significativamente, para uma maior exposição à própria imagem, muitas das vezes em ângulos e condições de iluminação desfavoráveis, o que parece ter influenciado negativamente a percepção corporal dos utilizadores (Chen et al., 2021).

Os autores Chen et al. (2021), investigaram o aumento do uso de videochamadas durante a pandemia do COVID-19, e o impacto sobre as percepções dos indivíduos, em relação ao consumo de cirurgia estética. A investigação contou com uma amostra de 295 adultos, cuja idade média foi de 37,6 anos, sendo que 49,5% eram participantes do sexo feminino. Os autores, aplicaram um questionário online em novembro de 2020, que avaliava aspetos, incluindo a frequência e o contexto das videochamadas, o tempo que os participantes passaram a observar os próprios rostos e os rostos de outros colegas durante as interações. Complementou o questionário com um instrumento de avaliação, *Acceptance of Cosmetic Surgery Scale* (ACSS), sendo esta uma escala de 15 itens amplamente reconhecida pela literatura científica, que media a intenção de realizar procedimentos estéticos (Chen et al.,

2021). Os resultados do estudo indicaram que, os indivíduos que realizavam videochamadas com mais frequência, apresentavam pontuações significativamente mais altas na *ACSS*, sugerindo uma maior aceitação para a cirurgia estética (Chen et al., 2021). É importante ressaltar que, a correlação entre o tempo dedicado a observar o próprio rosto durante as videochamadas, e as pontuações da *ACSS* foi moderada, e estatisticamente significativa (Chen et al., 2021).

Apesar da pouca literatura sobre o fenómeno “*Zoom Boom*”, os autores concluíram que, a exposição prolongada à própria imagem durante videochamadas, está associada a um aumento da aceitação, e para o potencial para a procura por cirurgia estética (Smith et al., 2021). Neste sentido, é possível concluir que o COVID-19, impactou significativamente a saúde mental, e ao intensificar a utilização de plataformas como *Zoom*, *Microsoft Teams* entre outras, criou um novo contexto ao qual os indivíduos, tornaram-se mais conscientes e, por vezes, mais críticos quanto à sua aparência física (Smith et al., 2021).

Estudo empírico

1. Objetivos e questões de investigação

Considerando a relevância dos resultados apresentados pela revisão da literatura, bem como a clareza e adequação dos construtos em análise, o presente trabalho, possuiu como objetivo geral: Investigar as motivações que levam as mulheres a realizar procedimentos estéticos, e analisar aspetos como a regulação emocional, autoestima, e adição às redes sociais. O presente estudo divide-se em mais quatro objetivos específicos.

O primeiro objetivo específico, é identificar os principais fatores motivacionais, que influenciam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos. A pertinência do estudo deste objetivo, assenta na ideia de que, a compreensão destes fatores, são fundamentais para entender as dinâmicas psicológicas e socioculturais, que levam as mulheres, a realizar

intervenções estéticas. Frequentemente, os procedimentos estéticos, encontram-se associados ao aumento dos níveis de autoestima, em conformidade com os padrões de beleza, e pela influência das redes sociais, que moldam significativamente a percepção corporal e o bem-estar emocional das mulheres (Lopes, 2023). Neste sentido, é pertinente conhecer tais motivações, de forma a permitir desenvolver estratégias mais eficazes de apoio psicológico, e promover uma abordagem mais consciente e saudável face à realização de cirurgias estéticas (Lopes, 2023).

O segundo objetivo específico, pretende compreender se, os níveis de regulação emocional, diferem entre as mulheres que já realizaram procedimentos estéticos e as que não realizam. A pertinência de estudar este objetivo é relevante, tendo em conta que, a regulação emocional, está diretamente relacionada à forma, como as mulheres lidam com autoimagem, e com os padrões de beleza (Swami et al., 2012). Os autores indicam que, dificuldades a regular emoções negativas, como a ansiedade e a baixa autoestima, podem levar a um maior interesse para realizar procedimentos estéticos, como forma de alívio emocional (Swami et al., 2012).

O terceiro objetivo específico da presente investigação, tem como intuito analisar a relação entre as dificuldades da regulação emocional e os sentimentos impulsivos e consequências sociais, relacionados ao uso das redes sociais. Estudos revelam que, indivíduos com maior dificuldade em regular as emoções, tendem a apresentar comportamentos mais impulsivos em contexto digital, recorrendo frequentemente às redes sociais, como estratégia de fuga ou compensação emocional (Gioia et al., 2021). Os utilizadores, que contém este perfil, revelam maior propensão, para o evitamento experiencial, um menor controlo dos impulsos, e dificuldades em manter comportamentos orientados para objetivos. Neste sentido, considera-se que, são fatores relevantes, que contribuem para uma utilização disfuncional e impulsiva das redes sociais (Gioia et al., 2021).

O quarto objetivo específico deste estudo, é analisar a relação entre as dificuldades de regulação emocional e os níveis de autoestima. A relação entre as duas variáveis, tem vindo a ser confirmada por diversos estudos, nomeadamente por Mohammadi et al. (2023). Os autores verificaram uma correlação negativa estatisticamente significativa, entre a regulação emocional e o desejo de realizar cirurgia estética, indicando que, maiores dificuldades em gerir emoções, estão associadas a uma imagem corporal mais negativa e, conseqüentemente, a uma menor autoestima (Mohammadi et al., 2023). Os resultados sugerem que, a baixa autoestima e a desregulação emocional, podem constituir fatores relevantes, para a realização de intervenções estéticas, o que sustenta a pertinência do presente objetivo (Mohammadi et al., 2023).

Com base nos objetivos definidos, e a revisão da literatura previamente apresentada, foram definidas as seguintes hipóteses de investigação:

Hipótese 1 (H1): Espera-se que as principais motivações para a realização de procedimentos estéticos, estejam relacionadas com o aumento dos níveis de autoestima.

Hipótese 2 (H2): Espera-se encontrar diferenças estatisticamente significativas nos níveis de regulação emocional entre os três grupos em análise.

Hipótese 3 (H3): Espera-se encontrar uma correlação estatisticamente significativa, entre as dificuldades de regulação emocional e os sentimentos impulsivos/ consequência sociais, associados ao uso das redes sociais (i.e., quanto maior as dificuldades de regulação emocional, maior tende a ser a impulsividade de uso das redes sociais).

Hipótese 4 (H4): Espera-se encontrar uma correlação estatisticamente significativa entre a regulação emocional e a autoestima (i.e., quanto maior forem as dificuldades de regulação emocional, mais baixos tendem a ser os níveis de autoestima).

2. Método

O estudo em vigor, é um estudo empírico exploratório, de natureza transversal e com uma abordagem metodológica quantitativa.

2.1. Participantes

A amostra do presente estudo, foi composta por mulheres, com idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos. A definição da faixa etária, baseou-se em estudos prévios, que identificam este intervalo, como representativo da população feminina, que procura ou manifesta interesse, para realizar procedimentos estéticos (Rodgers et al., 2024). A escolha da faixa etária para a presente dissertação, está ancorada, de acordo com as referências estabelecidas, pelo campo da estética (Rodgers et al., 2024).

Complementarmente, a dissertação possuiu como critério de inclusão, a capacidade de compreender, e responder ao questionário proposto. Foram definidos como critérios de exclusão, ser do sexo masculino e indivíduos não-binários. Os critérios, garantiram que a amostra fosse composta exclusivamente pelo sexo feminino, permitindo uma análise precisa das motivações para a realização dos procedimentos estéticos, em diferentes segmentos da população feminina.

A amostra final, é composta por 102 participantes do sexo feminino. O número de participantes foi definido, tendo como base, critérios de viabilidade e adequação metodológica, considerando o escopo e os objetivos da investigação. Neste sentido, estudos anteriores, com temáticas semelhantes, utilizaram amostras de dimensão comparável, o que sustenta, a pertinência científica da amostra da presente dissertação. Por exemplo, o estudo dos autores Walker et al. (2021), analisaram os efeitos do uso das redes sociais, sobre o

desejo de realizar procedimentos estéticos em mulheres, recorrendo a uma amostra de 118 participantes.

Cada participante, indicou o grupo que melhor correspondia à própria situação, sendo estes designados por: mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, mulheres que não realizaram, mas tencionam realizar, e mulheres que não realizaram nem têm intenção de realizar procedimentos estéticos. A classificação dos três grupos, permitiu obter uma amostra diversificada, capaz de refletir a variedade de perspetivas e experiências existentes. Para garantir a representatividade da população de mulheres adultas, foi adotada uma amostragem estratificada.

Do total de participantes ($n=102$), 40 (39.2%), pertencem ao grupo das mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, 18 (17.6%), integram o grupo das que não realizaram, mas têm intenção de realizar, e 44 (43.1%), fazem parte do grupo, das que nunca realizaram nem pretendem realizar procedimentos estéticos [cf. Tabela 1].

Tabela 1

Caracterização dos grupos da amostra ($n=102$)

Grupos	N	%
Já realizei procedimento estéticos	40	39.2
Pretendo realizar	18	17.6
Não realizei nem quero	44	43.1

Neste sentido, a amostra é constituída por 102 participantes do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos ($M = 42.29$; $DP = 10.89$). A maioria das

participantes, são de nacionalidade Portuguesa (96.1%), havendo três participantes de nacionalidade Brasileira (2.9%), e uma participante de nacionalidade Francesa (1.0%).

Relativamente ao estado civil, (47.1%) das participantes são casadas, (36.3%) são solteiras, (11.8%) são divorciados, e (4.9%) são viúvas. A nível de situação de emprego, (87.3%) das participantes são empregadas, (3.9%) são estudantes, (3.9%) são trabalhadoras estudantes, (2.9%) são reformados e (2.0%) estão desempregadas. De acordo com os dados obtidos, verifica-se que, (69.6%) das participantes possuem o ensino superior, (23.5%) possuem o ensino secundário e (6.9%) o ensino básico. A maioria das participantes praticam exercício físico (60.8%), e o valor (30.2%) corresponde aos participantes que não praticam exercício físico. Relativamente às redes sociais, o *Instagram* é a aplicação mais utilizada com (57.8%), seguida o *Facebook* com (33.3%), o *Tik Tok* com (4.9%) e outro apenas escolhido por (3.9%) das participantes. Por último, de acordo com o número de horas que cada participante passa nas redes sociais, das 0-2 horas corresponde a (28.4%), das 2-4 horas corresponde ao maior número de participantes com (36.3%), das 4-8 horas corresponde a (21.6%) das participantes e 8 horas para cima corresponde (13.7%) [cf. Tabela 2].

Tabela 2

Caracterização sociodemográfica da amostra (N = 102)

Variável	Categoria	N	%
Sexo	Feminino	102	100
Nacionalidade	Portuguesa	98	96.1
	Brasileira	3	2.9
	Francesa	1	1.0
Estado civil	Casado	48	47.1
	Divorciado	12	11.8

	Solteiro	37	36.3
	Viúvo	5	4.9
Escolaridade	Ensino Básico	7	6.9
	Ensino Secundário	24	23.5
Situação de emprego	Empregado	89	87.3
	Estudante	4	3.9
	Trabalhador Estudante	4	3.9
	Desempregado	2	20
	Reformado	3	2.9
Prática de desporto	Sim	62	60.8
	Não	40	39.2
Rede Social preferida	Instagram	59	57.8
	Facebook	34	33.3
	TikTok	5	4.9
	Outro	4	3.9
Número de horas	0-2	29	28.4
	4-8	22	21.6
	8 a mais horas	14	13.7

2.2. Instrumentos de avaliação

2.2.1. Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico tem como finalidade a recolha de dados objetivos, tendo o intuito de avaliar e clarificar determinados aspetos da vida pessoal e social das participantes. O questionário, foi elaborado pela investigadora e é composto, por duas dimensões, contendo algumas questões diferenciadas consoante o grupo de mulheres em análise. A primeira dimensão, intitulada “Dados Sociodemográficos”, visa a caracterização das participantes através da recolha de informações pessoais, como a idade, o sexo, o estado

civil, o nível de habilitações literárias e a profissão. A segunda dimensão é dedicada ao tema dos procedimentos estéticos, incluem questões como: tipo de procedimento estético já realizado (invasivo, minimamente invasivo ou não invasivo); motivações para a realização do procedimento estético; prática de atividade física; rede social mais utilizada; e a média de horas por semana despendidas nas redes sociais. No caso das mulheres que não pretendem realizar procedimentos estéticos, a primeira dimensão mantém-se igual, sendo que a segunda apresenta algumas diferenças, com questões específicas como: "Porque nunca teve interesse em realizar procedimentos estéticos?" e "Alguma vez sentiu pressão para realizar procedimentos estéticos?" (cf. anexo B), (cf. anexo C), (cf. anexo D).

2.2.2. *Difficulties of emotional regulation scale*

Difficulties of Emotional Regulation Scale (DERS; Coutinho, Ribeiro, Ferreirinha, & Dias, 2010). A *DERS* é uma medida de autorrelato de 36 itens que avalia as dificuldades na regulação das emoções. É um instrumento que contém 6 subescalas (Não aceitação; Objetivos; Impulso; Consciência; Clareza e Estratégias) com os inquiridos a classificarem a frequência com que cada item se aplica a eles numa escala que varia de "1" (quase nunca) a "5" (quase sempre). A soma de todas as pontuações de resposta da *DERS* fornece uma pontuação total contínua das dificuldades globais de regulação da emoção, com pontuações mais elevadas a indicar maiores deficiências nas estratégias de regulação da emoção. Para efeitos do presente estudo, foi utilizada a escala total para avaliar a regulação das emoções. O score total é obtido somando-se os pontos dos 36 itens, resultando de uma pontuação que pode variar de 36 a 180 pontos (cf. anexo F).

2.2.3. *Rosenberg self-esteem scale*

Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES; Maia & Santos, 2003). A Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) é uma ferramenta amplamente utilizada para medir o nível de

autoestima de um indivíduo. A escala é composta por dez itens, dos quais seis refletem uma visão positiva de si mesmo e quatro refletem uma visão autodepreciativa. A *RSES* oferece opções de resposta que variam de "discordo" a "concordo", permitindo aos participantes expressar o seu grau de concordância em cada item. Para pontuar a escala, atribui-se valores às respostas, geralmente de 0 a 3 ou 1 a 4, dependendo da formulação específica da escala. Quanto maior a pontuação obtida na escala, maior é o nível de autoestima do indivíduo. Um coeficiente alfa de Cronbach de 0,79 indica uma boa consistência interna dos itens da escala, sugerindo que ela é confiável para medir o construto de autoestima. O score total da escala pode variar de 0 a 30, no qual a pontuação mais alta indica uma autoestima mais elevada e uma pontuação mais baixa indica uma autoestima mais baixa (cf. anexo E).

2.2.4. *The appearance schemas inventory*

The appearance schemas inventory (ASI-R; Nazaré, B., Moreira, H., & Canavarro, 2010). O *ASI-R* tem como objetivo avaliar crenças acerca da importância e influência da aparência na vida das pessoas. O questionário é composto por 20 itens, no qual resulta de uma análise de dois fatores que o autor designou como saliência auto-avaliativa, constituído por 12 itens, e saliência motivacional, que inclui 8 itens. Enquanto a primeira dimensão refere-se à saliência auto-avaliativa da aparência, ou seja, às crenças que as pessoas têm acerca da forma como o seu aspeto físico influencia o seu valor pessoal ou social e o seu sentido de self, o segundo fator mede a saliência motivacional dos indivíduos para serem atraentes e gerirem a sua aparência. As questões são descritas por uma escala de Likert, composta por 5 alternativas de resposta: “Discordo fortemente”, “Discordo”, “Não concordo nem discordo”, “Concordo” e “Concordo fortemente”. A pontuação final, resulta da média das pontuações obtidas nos 20 itens da escala. O score total pode variar de 20 a 100. A pontuação mais alta indica uma maior preocupação e investimento na aparência física. Uma

pontuação mais baixa indica uma menor preocupação e investimento na aparência física (cf. anexo G).

2.2.5. Escala de adição às redes sociais

Escala de Adição às Redes Sociais (EARS; Leite, Ramires, Lira e Magano, 2023). A EARS tem como foco, medir diversos aspetos relacionados ao comportamento do indivíduo, mediante a utilização das redes sociais. A EARS mede a frequência de acesso, o impacto negativo na vida pessoal e social, a necessidade de estar sempre conectado, entre outros. A EARS, é um instrumento baseado na escala de Young (1996), que foi originalmente desenvolvida para avaliar a dependência da *Internet*, posteriormente foi adaptada, para medir os sintomas específicos de dependência relacionados às redes sociais. Enquanto a versão original da escala consiste em 14 itens distribuídos em três fatores distintos, a adaptação para a população portuguesa, apenas dois fatores foram considerados: consequências sociais e sentimentos compulsivos. Os participantes respondem aos itens utilizando uma escala de Likert de cinco pontos, onde 1 indica "discordo totalmente" e 5 indica "concordo totalmente". A avaliação consiste em medir o grau de concordância de cada participante em cada afirmação, considerando o uso de redes sociais para fins recreativos, em qualquer dispositivo com acesso à Internet, durante os últimos seis meses. A escala possui o valor de alfa de Cronbach, entre 0.832 e 0.761, bem como uma boa homogeneidade, evidenciada por correlações significativas entre os itens. Além disso, foi possível calcular o *score* total da *EARS*, refletindo a intensidade do nível de adição, o qual apresentou um valor de alfa de Cronbach bastante elevado 0.85 (cf. anexo H).

2.3. Procedimento

2.3.1. Procedimento de recolha de dados

Para a realização do presente estudo, foi necessária a submissão e posterior aprovação por parte da comissão de ética da Universidade Lusíada de Lisboa. Após a aprovação, a primeira etapa foi a recolha da amostra, realizada através da divulgação de um questionário *online*. O preenchimento do questionário foi um procedimento voluntário, individual e anónimo. Após a submissão das respostas, disponibilizei-me para esclarecer eventuais dúvidas, fornecer informações adicionais e registar contactos para possíveis participações em investigações futuras relacionadas com este projeto. A participação foi inteiramente facultativa, podendo os participantes, desistir a qualquer momento.

O questionário foi desenvolvido através da plataforma *Google Forms* e distribuído via internet. Para além do consentimento informado as participantes tinham acesso à pertinência do estudo, contextualizando o objetivo da investigação. De seguida, as participantes eram convidadas a responder aos seguintes instrumentos de avaliação: Questionário Sociodemográfico; Escala de Dificuldades na Regulação Emocional; Inventário de Esquemas de Aparência; Escala de Autoestima de Rosenberg; e Escala de Adição às Redes Sociais.

Os instrumentos de avaliação, eram iguais para todas as participantes, à exceção do questionário sociodemográfico. As participantes, tinham de indicar a opção que melhor descrevia a própria situação relativamente a procedimentos estéticos, tendo como alternativas: (1) já realizaram procedimentos estéticos; (2) têm intenção de realizar; ou (3) não têm interesse em realizar qualquer tipo de procedimento estético.

2.3.2. Procedimento de análise de dados

Após a recolha, os dados foram devidamente inseridos e analisados, quantitativamente, através do *software Statistical Package for the Social Sciences* (IBM SPSS), versão 26.

Foi realizada uma análise descritiva dos dados para as variáveis sociodemográficas, que englobam um conjunto de medidas de tendência central e de dispersão, que permitiu descrever, de uma forma sumária, um conjunto de dados. Desta forma, foi possível caracterizar a amostra quando ao sexo, idade, escolaridade, estado civil, profissão e procedimentos estéticos.

A análise estatística, empregou técnicas de estatística descritiva, que inclui medidas de tendência central como média, moda e mediana, especialmente para o questionário sociodemográfico, para derivar conclusões relevantes. Foram também aplicadas técnicas de estatística inferencial, onde foram verificados os pressupostos necessários, para a utilização dos diferentes testes paramétricos e não paramétricos.

3. Resultados

Os dados foram organizados em três secções distintas: (1) análise descritiva das variáveis em estudo, com o objetivo de caracterizar a amostra e as dimensões avaliadas; (2) análise de correlações, de forma a explorar as associações entre as variáveis; e (3) análise das diferenças entre grupos de participantes, com base em variáveis relevantes para os objetivos do estudo.

3.1. Estudos descritivos

Com o objetivo de compreender as principais motivações das mulheres para a realização de procedimentos estéticos, a Tabela 3 apresenta os dados descritivos correspondentes. No grupo de mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, (10.8 %)

optaram por procedimentos invasivos, (10.8 %) por procedimentos minimamente invasivos e (11.8 %) por procedimentos não invasivos. Entre as mulheres que estão a ponderar realizar procedimentos estéticos, (27.5 %) indicaram como motivação a melhoria da aparência, (4.9 %) referiram a correção de uma imperfeição física, (2.0 %) pretendem aumentar a autoestima e (3.9 %), desejam sentir-se mais jovens e confiantes. Relativamente ao grupo de mulheres que ainda não realizaram, nem pretendem realizar procedimentos estéticos, (15.7 %) afirmaram estar satisfeitas com a própria aparência, (9.8 %) preferem focar-se noutras áreas da vida, (8.8 %) não sentem necessidade para a mudança, (3.9 %) nunca refletiram sobre o tema, (3.9 %) consideram os procedimentos estéticos dispendiosos e (1.0%), não gosta da ideia. Ainda neste grupo, questionou-se se alguma vez sentiram pressão social para realizar procedimentos estéticos. A maioria (35.3 %), referiu que nunca sentiu pressão, (4.9 %) afirmaram ser indiferentes e (2.9 %), declararam já ter sentido essa influência [cf. Tabela 3].

Tabela 3*Motivação para a realização ou não realização de procedimentos estéticos*

Variável	Categoria	N	%
Grau de invasividade	Invasivo	11	10.8
	Minimamente invasivo	11	10.8
	Não Invasivo	12	11.8
Motivação para o procedimento	Melhorar a aparência no geral	28	27.5
	Corrigir uma imperfeição física	5	4.9
	Aumentar a autoestima	2	2.0
	Sentir-se mais jovem e confiante	4	3.9
	Outro	1	1.0
Motivação para não realizar o procedimento	Estou satisfeito com a minha aparência	16	15.7
	Prefiro focar-me em outros aspetos	10	9.8
	Nunca pensei no assunto	4	3.9
	Acho que são caros	4	3.9
	Não gosto da ideia	1	1.0

3.2. Estudos de associação

Com o objetivo de compreender possíveis associações entre as variáveis, procedeu-se à realização de análises correlacionais entre: (1) realização de procedimentos estéticos e as dificuldades de regulação emocional (2) realização de procedimentos estéticos e adição às redes sociais (3) realização de procedimentos estéticos e os níveis de autoestima.

Para compreender possíveis associações entre a realização de procedimentos estéticos e as dificuldades de regulação emocional, a adição às redes sociais e a autoestima, procedeu-se à verificação da normalidade, tendo em conta a distribuição da amostra, pressupostos

essenciais para a escolha dos testes estatísticos adequados. Para a análise da normalidade, recorreu-se ao teste de *kolmogorov-smirnov*, que indicou que todas as variáveis analisadas não seguiam uma distribuição normal ($p < .05$). Embora a distribuição dos dados não tenha revelado uma forte assimetria, optou-se pela utilização de métodos estatísticos não paramétricos. Neste sentido, foi aplicado o coeficiente de correlação de *spearman* (ρ) para avaliar as associações entre as variáveis em estudo.

A Tabela 4 apresenta as correlações entre as variáveis em estudo. Verificou-se, uma correlação positiva e estatisticamente significativa entre a regulação emocional e os sentimentos impulsivos, associados ao uso das redes sociais ($\rho = .367, p < .001$). Os resultados indicam que, níveis mais elevados de dificuldades de regulação emocional, tendem a estar associados a uma maior manifestação de comportamentos impulsivos nas redes sociais. De igual modo, quanto maior a impulsividade nas redes sociais, maior tende a ser a dificuldade para a regulação emocional, evidenciando uma relação bidirecional entre ambas as variáveis. Os resultados, obtiveram também uma correlação positiva moderada e estatisticamente significativa entre as dificuldades de regulação emocional e as consequências sociais associadas à adição às redes sociais ($\rho = .372, p < .001$). O que indica que, quanto maiores forem as dificuldades de regulação emocional, mais frequentes tendem a ser as consequências sociais negativas, relacionadas à utilização excessiva das redes sociais, como também quanto maiores forem as consequências sociais, maior tende a ser as dificuldades de gestão emocional dos indivíduos [cf. Tabela 4].

Por outro lado, verificou-se uma correlação forte e negativa, entre a regulação emocional e a autoestima ($\rho = -.539, p < .001$), sendo estatisticamente significativa. Neste sentido, quanto maiores forem as dificuldades de regulação emocional, mais baixos tendem a ser os níveis de autoestima. Como os níveis mais elevados de autoestima estão associados a

uma menor dificuldade de regulação emocional. Adicionalmente, observou-se uma correlação negativa e estatisticamente significativa entre a autoestima e as consequências sociais associadas ao uso das redes sociais ($\rho = -.390, p < .001$), sugerindo que níveis mais baixos de autoestima estão associados a uma maior percepção de impacto negativo das redes sociais, no domínio social [cf. Tabela 4].

Tabela 4

Associações entre as variáveis de regulação emocional, autoestima e redes sociais

Variáveis	(ρ)
Regulação emocional $\times$ Sentimentos impulsivos	.37**
Regulação emocional $\times$ Consequências sociais	.37**
Regulação emocional $\times$ Autoestima	-.54**
Autoestima $\times$ Consequências sociais	-.39**

Nota. *coeficiente de correlação de Spearman. $p < .05$ (bilateral).

3.3. Estudos de comparação

Para comparar os três grupos em estudo, recorreu-se ao teste de *kruskal-wallis*, uma vez que os pressupostos de normalidade não foram verificados, conforme indicado pelos resultados do teste de *kolmogorov-smirnov* ($p < .05$). O *kruskal-wallis* é um teste não paramétrico, adequado para comparar três ou mais grupos independentes quando as distribuições das variáveis não seguem a normalidade.

A Tabela 5, mostra os resultados obtidos através da análise estatística, com o objetivo de comparar os níveis de regulação emocional, entre os três grupos de mulheres com diferentes posicionamentos, face aos procedimentos estéticos. As mulheres que não realizaram nem pretendem realizar procedimentos estéticos, possuem o valor de teste padrão de ($H = .573, p = .567$), indicando que não existem diferenças estatisticamente significativas na regulação emocional, neste grupo comparado aos outros. Já as mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, apresentaram como teste padrão o valor de ($H = 2.571, p = .010$). Os resultados são estatisticamente significativos ($p < .05$), sugerindo que este grupo difere significativamente dos outros, em termos de dificuldades de regulação emocional, ou seja, este grupo pode apresentar maiores dificuldades de regulação emocional em comparação com os restantes. Por fim, as mulheres que pretendem realizar procedimentos estéticos, possuem como teste padrão o valor de ($H = 1.414, p = .157$), não sendo estatisticamente significativo. O que indica que, neste grupo, não foram observadas diferenças relevantes de regulação emocional, em relação aos demais grupos.

Tabela 5

Comparações entre grupos da variável regulação emocional pelo teste de kruskal-wallis

Grupo	<i>H</i>	<i>p</i>
Não realizei nem quero realizar	0.57	.567
Já realizei	2.57	.010*
Ainda não realizei, mas quero realizar	1.41	.157

*Nota. Teste de kruskal-wallis (assintótico, bilateral). O nível de significância considerado foi $p < .05$ *p* ajustado pela correção de bonferroni para comparações múltiplas. $p < .05$ é estatisticamente significativo.*

4. Discussão

O presente estudo, teve como principal objetivo compreender e caracterizar, as principais motivações que levam as mulheres a realizar procedimentos estéticos. Neste sentido, procurou-se investigar, e identificar os fatores motivacionais, que influenciam essa decisão, sendo formulada a hipótese 1: Espera-se que as principais motivações para a realização de procedimentos estéticos, estejam relacionadas com o aumento dos níveis de autoestima.

De acordo com os dados obtidos pela presente amostra ($n = 102$), apenas 2.0% das participantes, referiram explicitamente, que pretendem realizar procedimentos estéticos, com o objetivo de aumentar os níveis de autoestima. No entanto, a maioria (27.5%), indicou como principal motivação, a melhoria da aparência geral. Embora a autoestima não tenha sido diretamente mencionada, a literatura sugere que a percepção da aparência física está intimamente relacionada com os níveis de autoestima (Simões et al., 2016). Consequentemente, pode-se considerar que, indiretamente, a motivação de melhorar a aparência em geral, reflete a preocupação para a valorização da autoimagem, o que está associado ao desejo de reforçar a autoestima (Simões et al., 2016).

O estudo de Maisel et al. (2018), sustenta os dados obtidos, no sentido em que, apresenta como motivo mais frequentemente reportado para a realização de procedimentos estéticos, o aumento da autoestima (69.5%). Outros motivos, incluíram o desejo de se sentirem mais felizes e melhorar a aparência em geral (67.2%), e ser uma recompensa para a própria pessoa (61.3%) (Maisel et al., 2018).

Apesar de, uma minoria da amostra (2.0 %), ter referido diretamente a autoestima como principal motivo, os dados sugerem que a motivação para melhorar a aparência reflete preocupações relacionadas com a valorização pessoal (Simões et al., 2016). O que sugere

que, os resultados estão em consonância com a literatura científica, que destaca a autoestima como um fator central, para a tomada de decisão ao realizar procedimentos estéticos. Neste sentido, a hipótese 1 formulada, é parcialmente corroborada, na medida em que, a motivação apontada pelas participantes (melhoria da aparência), pode ser interpretada como uma via para aumentar ou reforçar os níveis da autoestima (Maisel et al., 2018).

O segundo objetivo específico, pretende compreender se os níveis de regulação emocional, diferem entre as mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, comparativamente às que não realizaram, sendo formulada a hipótese 2: Espera-se encontrar diferenças estatisticamente significativas, nos níveis de regulação emocional entre os três grupos em análise. Neste caso, apenas o grupo das mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, apresentaram diferenças significativas ($H = 2.571$, $p = .010$). Os dados sugerem que este grupo, difere significativamente dos outros, em termos de dificuldades de regulação emocional, ou seja, este grupo pode apresentar maiores dificuldades de regulação emocional em comparação aos restantes.

Os autores Von et al. (2009), analisaram as mudanças dos níveis de autoestima, imagem corporal, e sintomas psicológicos, antes e depois da realização de intervenção estética. Os autores verificaram que, antes da cirurgia, os participantes (sexo feminino), apresentavam níveis mais elevados de insatisfação corporal, sintomas de ansiedade e depressão, e indicadores de mal-estar psicológico no geral (Von et al., 2009). Podemos concluir que, este estudo corrobora a hipótese 2, ao sugerir que as mulheres que recorrem a procedimentos estéticos têm, à partida, maior vulnerabilidade emocional e mais dificuldades psicológicas, incluindo a regulação emocional (Von et al., 2009). Os resultados obtidos, juntamente com a literatura, afirmam que, a decisão de realizar procedimentos estéticos, pode estar associada a uma maior vulnerabilidade emocional, onde é manifestada nos níveis mais

elevados de dificuldades de regulação emocional, tal como foi identificado pelo grupo de mulheres que já realizaram procedimentos estéticos (Von et al., 2009).

O terceiro objetivo específico deste estudo, possuiu como propósito, analisar a relação entre as dificuldades de regulação emocional e os sentimentos impulsivos, bem como as consequências sociais associadas ao uso das redes sociais. Para tal, foi formulada a hipótese 3: Espera-se encontrar uma correlação estatisticamente significativa, entre as dificuldades de regulação emocional e os sentimentos impulsivos e/ou consequências sociais associadas à adição às redes sociais.

Os dados obtidos pela presente investigação, revelaram uma correlação positiva e estatisticamente significativa, entre as dificuldades de regulação emocional e os sentimentos impulsivos, associados ao uso das redes sociais ($\rho = .367, p < .001$). Os resultados sugerem que, quanto maiores forem as dificuldades de regulação emocional, mais frequentes tendem a ser os comportamentos impulsivos em contexto digital. Inversamente, uma maior impulsividade na utilização das redes sociais, poderá intensificar as dificuldades de gestão emocional, evidenciando uma relação bidirecional, entre as variáveis.

Marino et al. (2018) corroboram diretamente os resultados da presente investigação, ao identificar que, o uso problemático do *Facebook* (rede social), possui uma associação positiva forte, associada a motivações internas, ligadas à regulação emocional, especialmente quando se refere ao sentido de reduzir estados afetivos negativos. Segundo os autores, o uso das redes sociais, neste caso, o *Facebook*, é frequentemente motivado por uma tentativa de autorregulação emocional mal adaptativa, ou seja, um esforço para lidar com emoções desagradáveis como ansiedade, tristeza ou solidão, de forma disfuncional (Marino et al., 2018). Além disso, Marino et al. (2018) referem que, o uso das redes sociais utilizadas como estratégia de enfrentamento emocional mal adaptativo, pode explicar a natureza cíclica e

bidirecional desta relação, ou seja, quanto mais o indivíduo tenta regular as emoções através das redes sociais, mais dependente a nível emocional fica agravando ainda mais a dificuldade de regulação emocional.

No mesmo sentido, o estudo de Hormes (2016) realizado através de uma amostra composta por estudantes universitários ($n = 537$; 64.0% do sexo feminino; idade média = 19.63 anos; $DP = 4.24$), os resultados obtidos corroboram a hipótese 3, da presente investigação. Hormes (2016), identificou que 9.4% dos participantes, preenchiam os critérios propostos para uso desordenado das redes sociais, sendo que estes indivíduos relataram passar significativamente mais tempo online, especialmente em plataformas como o *Facebook*. Tal comportamento, foi interpretado como uma possível tentativa de regulação emocional, utilizando as redes sociais como uma forma de evasão de estados emocionais negativos, ou de satisfação de necessidades internas. O uso excessivo e impulsivo das plataformas (redes sociais), pode ser compreendido como uma estratégia de *coping* mal adaptativa, reforçando a relação bidirecional observada entre a impulsividade digital e as dificuldades para a regulação emocional (Hormes, 2016).

Os dados da presente investigação, em consonância com a literatura, reforçam a existência de uma relação bidirecional entre a impulsividade digital e as dificuldades de regulação emocional, dando suporte empírico à hipótese 3 de que, o uso excessivo das redes sociais pode funcionar como uma tentativa ineficaz, de gerir o mal-estar psicológico (Hormes, 2016; Marino et al., 2018). A saúde mental deve ser um fator a considerar que, por sua vez, pode estar na base da motivação para a realização de procedimentos estéticos.

Posteriormente, foi possível verificar a existência de uma correlação positiva moderada e estatisticamente significativa, entre as dificuldades de regulação emocional e as consequências sociais negativas, relacionadas ao uso das redes sociais ($\rho = .372$, $p < .001$).

Os resultados sugerem que, os indivíduos que apresentam maiores dificuldades de regulação emocional, tendem a experienciar mais consequências sociais adversas (como isolamento, conflitos interpessoais ou diminuição do rendimento académico ou profissional), associadas ao uso excessivo de plataformas digitais (Gioia et al., 2021). Da mesma forma, quanto maiores forem as consequências sociais, maior parece ser a dificuldade de gestão emocional, o que reforça a interdependência entre os domínios analisados (Gioia et al., 2021). A relação entre as variáveis, é corroborada por estudos como o de Elhai et al. (2017), sendo que os autores referem que, o uso excessivo da tecnologia, incluindo as redes sociais, pode estar associado a sintomas de psicopatologia, como stress prolongado, perturbações do sono e sintomas depressivos (Elhai et al., 2017). Em particular, estudos longitudinais demonstraram que, indivíduos com maior frequência de uso de redes sociais e telemóveis apresentaram, ao longo do tempo, níveis significativamente mais elevados de dificuldades psicológicas, mesmo quando excluídos os casos com problemas prévios de saúde mental. Os autores sustentam a ideia de que, o uso digital intensivo, pode não só ser uma consequência de dificuldades emocionais, como também um fator que contribui para o agravamento das mesmas dificuldades (Elhai et al., 2017).

Tendo em conta a hipótese 4, que possuiu como principal objetivo, encontrar uma correlação estatisticamente significativa entre a regulação emocional e a autoestima. Os resultados obtidos, identificaram uma correlação estatisticamente significativa, forte e negativa, entre a regulação emocional e a autoestima ($\rho = -.539, p < .001$). Ou seja, quanto maiores forem as dificuldades de regulação emocional, mais baixos tendem a ser os níveis de autoestima das participantes avaliadas.

Os dados obtidos, são corroborados pelo estudo de Valikhani et al. (2021), que comparou indivíduos submetidos a cirurgia estética, com um grupo de pacientes de tratamentos cirúrgicos não estéticos. Através da análise *ANOVA*, os autores verificaram

diferenças estatisticamente significativas, entre os grupos ao nível das contingências internas e externas da autoestima. Os indivíduos que foram submetidos a cirurgias estéticas, apresentaram níveis mais baixos de autoestima interna, e níveis mais elevados de autoestima externa. Os autores referem que, a autoestima nestes casos, depende mais da aparência física e da aceitação social. É considerada uma vulnerabilidade, e pode levar à procura por soluções externas, como os procedimentos estéticos, para colmatar desequilíbrios emocionais externos (Valikhani et al., 2021). A literatura recolhida, vai ao encontro da presente investigação, na medida em que, as dificuldades de regulação emocional, podem levar a uma valorização excessiva de fatores externos, para compensar o desconforto interno, enfraquecendo assim a autoestima intrínseca (Valikhani et al., 2021). Neste sentido, os autores sugerem que, uma vulnerabilidade emocional, pode ser um fator decisivo para levar as mulheres a realizarem procedimentos estéticos, como tentativa de reforço da autoimagem e regulação afetiva (Valikhani et al., 2021).

5. Conclusão

O presente estudo, teve como principal objetivo compreender e caracterizar as motivações que levam as mulheres adultas a realizarem procedimentos estéticos. Através da análise de uma amostra de 102 participantes do sexo feminino, foi possível observar que, embora uma pequena percentagem (2%), tenha indicado explicitamente a autoestima como a principal razão para recorrer à estética, a maioria (27.5%), apontou a melhoria da aparência como motivação central. Os dados obtidos, articulados com a literatura, permite inferir que, a preocupação com a aparência, está intimamente ligada à valorização da autoimagem e, consequentemente, à autoestima, corroborando, ainda que de forma indireta, a hipótese de que, a realização de procedimentos estéticos, estão ligados ao desejo de reforçar o autoconceito e o bem-estar emocional.

A presente investigação também revelou que, os resultados predizem que, as mulheres que já realizaram procedimentos estéticos, tendem a apresentar maiores dificuldades de regulação emocional, sugerindo que o recurso à estética pode, em alguns casos, surgir como uma estratégia compensatória, face a desequilíbrios emocionais. Tendo em conta a evidência observada pelos resultados, tendo sido reforçada por uma correlação negativa significativa, entre a regulação emocional e a autoestima, indicando que mulheres com menor autoestima demonstram maior dificuldade em gerir as emoções.

Foi ainda possível constatar, uma relação positiva entre as dificuldades de regulação emocional, e a impulsividade para a utilização das redes sociais, bem como entre as dificuldades e as consequências sociais negativas, associadas à utilização excessiva das plataformas digitais. Os dados refletem que, as redes sociais, podem influenciar o comportamento estético das mulheres, funcionando simultaneamente como catalisadores de insatisfação corporal, e como meios de comparação social, que intensificam a vulnerabilidade emocional.

As motivações para a realização de procedimentos estéticos, não podem ser resumidas a fatores superficiais ou puramente físicos, mas refletem uma complexa interação entre autoestima, regulação emocional, e o impacto das redes sociais. Os resultados, sublinham a importância de uma abordagem psicológica integrada, para a compreensão das motivações estéticas femininas, destacando a necessidade de intervenções, que promovam a saúde emocional e a aceitação corporal, especialmente num contexto social, cada vez mais associado a pressões estéticas e à exposição digital constante.

A presente dissertação apresenta algumas limitações, que devem ser consideradas quanto à interpretação dos resultados. Destaca-se a escassez de literatura científica em língua portuguesa, sobre as motivações que levam mulheres a realizar procedimentos estéticos.

Sendo uma temática em desenvolvimento, muitas investigações ainda estão focadas em aspetos mais vagos, o que dificultou o aprofundamento teórico sob uma perspetiva psicológica integrada.

O estudo é pertinente, pois fornece uma melhor compreensão da interação entre as variáveis. Contém aplicações práticas, ao alertar para a necessidade de criar e desenvolver intervenções direcionadas, para a regulação emocional, de modo a prevenir o surgimento de patologias. Sugere-se, assim, a continuidade da investigação nesta área, nomeadamente, através de estudos longitudinais, e com amostras mais diversificadas, que permitam explorar com maior profundidade, a influência de todos estes fatores. A inclusão de variáveis moderadoras, como o género, o contexto cultural ou o nível de exposição a padrões de beleza idealizados, poderá auxiliar para uma melhor compreensão sobre o tema, e contribuir para o desenvolvimento de estratégias de prevenção mais eficazes.

Referências bibliográficas

- Agrizzi, RR, Peroni, MB, Gonçalves-Soares, LM et al. Escolhas de Beleza: *Desvendando o Perfil de Quem Opta por Procedimentos Estéticos*. Aesth Plast Surg (2025).
<https://doi.org/10.1007/s00266-025-05011-7>
- Alencar, A. S., Versiani, E. V., Souza, G. de, Dias, M. E. C., Souza, M. F. M. de, & Ribeiro, N. L. (2024). *Relação entre as mídias sociais e a percepção da autoimagem*. Humanidades (Montes Claros), 13(1), 238–259.
<https://doi.org/10.53303/hmc.v13i1.1226>
- Alotaibi AS. Demographic and Cultural Differences in the Acceptance and Pursuit of Cosmetic Surgery: *A Systematic Literature Review*. *Plast Reconstr Surg Glob Open*. 2021 Mar 24;9(3):e3501. <https://doi.org/10.1097/GOX.0000000000003501>
- Amorim, Ana & Moreira, Jéssica & Abreu, Dandara & Leite, Alexsandra & Vieira, Renata. (2022). *Procedimento estético injetável em microvasos: escleroterapia com glicose*. Research, Society and Development. 11. e557111638722. 10.33448/rsd-v11i16.38722. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i16.38722>
- Atiyeh, B. S., Beaineh, P. T., Hakim, C. R. A., Makkawi, K. W., Habr, N. T., Zeineddine, J. H., ... & Ibrahim, A. E. (2024, October 29). *Lip Augmentation with Soft Tissue Fillers: Social Media, Perceptual Adaptation, and Shifting Beauty Trends beyond* <https://doi.org/10.1097/GOX.0000000000006238>.
- Azevedo, A., & Azevedo, S. (2023). *Implicações da pressão sociocultural para uma imagem corporal magra na evitação da interação social e no comportamento de compra corretivo, compensatório ou compulsivo*. *Jornal Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública*, 20(4), 3567. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043567>

- Barone M, Cogliandro A, Persichetti P. In Constant Search of "Like": *How Technology and Social Media Influence the Perception of our Body*. *Aesthetic Plast Surg*. 2022 Apr;46(Suppl 1):170-171. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02161-2>
- Barros, L. M., Lopes, F., & Paula, C. R. de. (2023). *Procedimentos estéticos invasivos e não invasivos: riscos e benefícios*. *Research, Society and Development*, 12(5), e22112541796. <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i5.41796>
- Bouhadana G, Algerian A, Thibaudeau S. A Reconstrução da Cirurgia Plástica: *Uma Perspectiva Histórica sobre a Etimologia da Cirurgia Plástica e Reconstructiva*. *Cirurgia Plástica* . 2021;31(4):366-370. <https://doi.org/10.1177/22925503211064377>
- Bukhari, S. N. A., Roswandi, N. L., Waqas, M., Habib, H., Hussain, F., Khan, S., ... & Hussain, Z. (2018). Hyaluronic acid, a promising skin rejuvenating biomedicine: *A review of recent updates and pre-clinical and clinical investigations on cosmetic and nutricosmetic effects*. *International Journal of Biological Macromolecules*, 120(Pt B), 1682–1695. <https://doi.org/10.1016/j.ijbiomac.2018.09.188>
- Campos, J. H., & Cutuli, C. A. (2023). *Relação entre transtorno dismórfico corporal e necessidade de tratamentos estéticos: Revisão sistemática*. *Aesthetic Orofacial Science*, 4(3), 1–14. <https://doi.org/10.51670/aos.v4i3.173>
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi055>
- Conforti, C., Giuffrida, R., Fadda, S., Fai, A., Romita, P., Zalaudek, I., & Dianzani, C. (2021). *Topical dermocosmetics and acne vulgaris*. *Dermatologic Therapy*, 34(1), e14436. <https://doi.org/10.1111/dth.14436>

da Prato EB, Cartier H, Margara A, Molina B, Tateo A, Grimolizzi F, Spagnolo AG. *The ethical foundations of patient-centered care in aesthetic medicine*. Philos Ethics Humanit Med. 2024 Feb 5;19(1):1. <https://doi.org/10.1186/s13010-024-00151-1>.

Dayan, S. H., Cristel, R. T., Gandhi, N. D., Fabi, S. G., Placik, O. J., Montes, J. R., & Kalbag, A. (2020). *Percepção da beleza em cegos visuais: um estudo observacional piloto*. Dermatologic Surgery, 46(10), 1317–1322. <https://doi.org/10.1097/DSS.0000000000002327>

De Panfilis, C., Rabbaglio, G., Zita, G., Di Pierro, R., & Madeddu, F. (2019). *Body dissatisfaction, internalized weight stigma, and acceptance of cosmetic surgery in women: The role of self-compassion*. Body Image, 28, 59–63. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.003>

Di Gesto, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Matera, C. (2022). Predictors of acceptance of cosmetic surgery: *Instagram images-based activities, appearance comparison, and body dissatisfaction among women*. Aesthetic Plastic Surgery, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02546-3>

dos Santos, T. C. A., & Rodrigues, K. L. A. (2023). *Impactos das redes sociais em relação à autoestima e autoimagem*. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, 9(3), 851–862. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i3.8724>

Elhai JD, Dvorak RD, Levine JC, Hall BJ. Problematic smartphone use: *A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology*. J Affect Disord. 2017 Jan 1;207:251-259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>.

- Expresso. (2022, 14 de fevereiro). *A pandemia fez aumentar a procura por cirurgias plásticas e procedimentos estéticos*. Retirado de: <https://expresso.pt/sociedade/2022-02-14-a-pandemia-fez-aumentar-a-procura-por-cirurgias-plasticas-e-procedimentos-esteticos>
- Fardouly J, Pinkus RT, Vartanian LR. *The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women's everyday lives*. Body Image. 2017 Mar;20:31-39. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.11.002>.
- Faria, M. C. (2024). *Promoção do envelhecimento saudável e ativo na cidade*. Análisis y Modificación de Conducta, 50(182). <https://doi.org/10.33776/amc.v50i182.8067>
- Gajić, L. D., & Gajić, M. (2022). *The relationship between depression, anxiety, stress, and symptoms of body dysmorphic disorder and mediating role of self-esteem in cosmetic surgery*. Hrvatski časopis zdravstvenih znanosti, 2(1), 39–46. <https://doi.org/10.48188/hczz.2.1.7>
- Galeotti, T., Marino, C., Canale, N. et al. Transformando para Impressionar: *Testando um Modelo de Mediação da Autoapresentação no Instagram para a Cirurgia Plástica*. Aesth Plast Surg 48 , 764–773 (2024). <https://doi.org/10.1007/s00266-023-03501-0>
- Gioia F, Rega V, Boursier V. *Problematic Internet Use and Emotional Dysregulation Among Young People: A Literature Review*. Clin Neuropsychiatry. 2021 Feb;18(1):41-54. <https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20210104>
- Glicenstein, J. (2003). *Chirurgie esthétique et histoire [Aesthetic surgery and history]*. Annales de Chirurgie Plastique Esthétique, 48(5), 257–272. <https://doi.org/10.1016/j.anplas.2003.08.002>

- Godoy, F. B., Fonseca, B. B., Levenhagen, M. A., Franco, M. A., Melo, R. T., & Beletti, M. E. (2011). *Structural changes of fat tissue after nonaspirative ultrasonic hydrolipoclasys*. *Journal of Cutaneous and Aesthetic Surgery*, 4(2), 105–110.
<https://doi.org/10.4103/0974-2077.85025>
- Golden Standard Ideals. *Plastic and Reconstructive Surgery Global Open*, 12(10), e6238.
<https://doi.org/10.1097/GOX.00000000000006238>
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: *A meta-analysis of experimental and correlational studies*. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460-476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Greywal, T., Dayan, S. H., Goldie, K., & Guillen Fabi, S. (2021). *The perception bias of aesthetic providers*. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 20(6), 1618–1621.
<https://doi.org/10.1111/jocd.13785>
- Hormes JM. Under the influence of Facebook? *Excess use of social networking sites and drinking motives, consequences, and attitudes in college students*. *J Behav Addict*. 2016 Mar;5(1):122-129. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.007>.
- ISAPS. (2023). *Global survey 2023 full report and press releases*. International Society of Aesthetic Plastic Surgery. Retirado de: <https://www.isaps.org/discover/about-isaps/global-statistics/global-survey-2023-full-report-and-press-releases/>
- Jang B, Bhavsar DR. *The Prevalence of Psychiatric Disorders Among Elective Plastic Surgery Patients*. *Eplasty*. 2019 Mar 18;19:e6. Retirado de: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30949279/>

- Kaleeny, JD, e Janis, JE (2024). *Transtorno Dismórfico Corporal em Cirurgia Plástica Estética e Reconstructiva* — Uma Revisão Sistemática e Meta-Análise. *Saúde*, 12 (13), 1333. <https://doi.org/10.3390/healthcare12131333>
- Kvalem IL, von Soest T, Sundgot-Borgen C, Dahlgren CL. *Cosmetic surgery among women - a cross-sectional study*. *Tidsskr Nor Lægeforen*. 2025 Jan 9;145(1). English, Norwegian. <https://doi: 10.4045/tidsskr.24.0218>
- Lee, Z. H., Reavey, P. L., Rodriguez, E. D., Chiu, E. S., & Caplan, A. L. (2019). *Ethical issues in aesthetic and reconstructive surgical innovation: Perspectives of plastic surgeons*. *Plastic and reconstructive surgery*, 143(1), 346-351. <https://10.1097/PRS.0000000000000787>.
- Ligh, C. A., Lett, E., Broach, R. B., Enriquez, F. A., Jordan, A., Percec, I., Serletti, J. M., & Butler, P. D. (2020). *The impact of race, age, gender, income, and level of education on motivations to pursue cosmetic surgery and surgeon selection at an academic institution*. *Plastic and Reconstructive Surgery*, 145(5), 932e–939e. <https://doi.org/10.1097/PRS.00000000000006734>
- Lima, B. C. de M., Cardozo Gasparin, C., & Gregório, P. C. (2024). *Procedimentos estéticos: Uma abordagem psicológica*. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 6(3), 2601–2626. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n3p2601-2626>
- Lopes, D. M., Santana, E. K. S., & Paula, G. G. (2023). *O padrão ideal de beleza e o impacto psicossocial* [Trabalho de Conclusão de Curso, Facunicamps Goiânia]. Retirado de: <https://facunicampsgoiania.com.br/wp-content/uploads/2023/09/TCC-O-padroao-ideal-de-beleza-e-o-impacto-psicossocial.pdf>

Maisel, A., Waldman, A., Furlan, K., Weil, A., Sacotte, K., Lazaroff, J. M., Lin, K., Aranzazu, D., Avram, M. M., Bell, A., Cartee, T. V., Cazzaniga, A., Chapas, A., Crispin, M. K., Croix, J. A., DiGiorgio, C. M., Dover, J. S., Goldberg, D. J., Goldman, M. P., Green, J. B., Griffin, C. L., Haimovic, A. D., Hausauer, A. K., Hernandez, S. L., Hsu, S., Ibrahim, O., Jones, D. H., Kaufman, J., Kilmer, S. L., Lee, N. Y., McDaniel, D. H., Schlessinger, J., Tanzi, E., Weiss, E. T., Weiss, R. A., Wu, D., Poon, E., & Alam, M. (2018). Self-reported patient motivations for seeking cosmetic procedures. *JAMA Dermatology*, 154(10), 1167–1174.

<https://doi.org/10.1001/jamadermatol.2018.2357>

Majewski-Schrage, T., & Snyder, K. (2016). *The effectiveness of manual lymphatic drainage in patients with orthopedic injuries*. *Journal of Sport Rehabilitation*, 25(1), 91–97.

<https://doi.org/10.1123/jsr.2014-0222>

Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). *A comprehensive meta-analysis on Problematic Facebook Use*. *Computers in Human Behavior*, 83, 262–277.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.009>

Marta-Simões J, Ferreira C, Mendes AL. *Exploring the effect of external shame on body appreciation among Portuguese young adults: The role of self-compassion*. *Eat Behav*. 2016 Dec;23:174-179. <https://doi: 10.1016/j.eatbeh.2016.10.006>.

Martins, R. S. G., & Ferreira, Z. A. B. (2020). *A importância dos procedimentos estéticos na autoestima da mulher*. *ID on line: Revista de Psicologia*, 14(53), 442–453.

<https://doi.org/10.14295/online.v14i53.2807>

McRae, K., & Gross, J. J. (2020). *Emotion regulation*. *Emotion*, 20(1), 1–9.

<https://doi.org/10.1037/emo0000703>

- Mobayed, N., Nguyen, J. K., & Jagdeo, J. (2020). *Minimally Invasive Facial Cosmetic Procedures for the Millennial Aesthetic Patient*. *Journal of Drugs in Dermatology*, 19(1), 100–103. <https://doi.org/10.36849/JDD.2020.4641>
- Ng, Q. X., Lee, D. Y. X., Yau, C. E., Lim, Y. L., & Liew, T. M. (2023). *Public perception on 'healthy ageing' in the past decade: An unsupervised machine learning of 63,809 Twitter posts*. *Heliyon*, 9(2), e13118. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e13118>
- Noack, J. (2007). *Reflexões sobre o acesso empírico da teoria de identidade de Erik Erikson*. *Interação em Psicologia*, 11(1). <https://doi.org/10.5380/psi.v11i1.6543>
- Novaes, E. M. D. F., Aquino, E. M. L., Gabrielli, L., Matos, S. M. A., Griep, R. H., Fonseca, M. J. M. D., Almeida, M. D. C. C., & Patrão, A. L. (2024). *Percepção de imagem corporal, características socioeconômicas e estilo de vida em mulheres participantes do ELSA-Brasil na Bahia, Brasil*. *Cadernos de Saúde Pública*, 40(2), e00107823. <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT107823>
- Oh, A. J., & Rootman, D. B. (2023). *Recent fluctuations in public searches for cosmetic procedures as shown by Google Trends*. *Ophthalmic Plastic and Reconstructive Surgery*. <https://doi.org/10.1097/IOP.0000000000002562>
- Padley, R. H., & Di Pace, B. (2022). *The psychological impact of remote communication on body-image perception: cosmetic surgery on the rise*. *Aesthetic Plastic Surgery*, 46(3), 1507-1509. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02554-3>
- Pećanac MĐ. *DEVELOPMENT OF PLASTIC SURGERY*. *Med Pregl*. 2015 May-Jun;68(5-6):199-204. <https://doi.org/10.2298/mpns1506199p>.

- Pinheiro, T., Piovezan, N., Batista, H., & Muner, L. (2020). *Relação dos procedimentos estéticos com satisfação da autoimagem corporal e autoestima de mulheres*. Research, Society and Development, 12(5). <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i5.41796>
- Porto, J. M., & de Souza, M. P. G. (2020). *Benefícios do microagulhamento na cicatriz atrófica de acne*. Revista das Ciências da Saúde e Ciências Aplicadas do Oeste Baiano – Higia, 5(1), 201–223. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10040940>
- Reshadi Mohammadi, A., Hafezi, F., & Hooman, F. (2023). *A influência do vício em mídias sociais e da regulação emocional na imagem corporal e no desejo de cirurgia plástica em mulheres*. Revista de Otorrinolaringologia e Cirurgia Plástica Facial , 9 (1), 1–8. <https://doi.org/10.22037/orlfps.v9i1.46078>
- Revista Faculdades do Saber, 6(12), 793–803. https://doi.org/10.1162/REST_a_00435
- Ridley, R., Slater, A., Campbell, A., & Tiggemann, M. (2022). *Internalisation of body ideals and perceptions of ideal bodies in men and women*. Frontiers in Psychology, 13, 980277. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.980277>.
- Riehm KE, Feder KA, Tormohlen KN, Crum RM, Young AS, Green KM, Pacek LR, La Flair LN, Mojtabai R. *Associations Between Time Spent Using Social Media and Internalizing and Externalizing Problems Among US Youth*. JAMA Psychiatry. 2019 Dec 1;76(12):1266-1273. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2019.2325>.
- Robertson, JM, & Kingsley, BE (2021). “*Por trás da fachada: motivações para o uso de cosméticos por mulheres*”. SAGE Open , 11 (4). <https://doi.org/10.1177/21582440211061573>

- Rodgers RF, Hewett RC, Laveway K. *Sociocultural pressures and engagement with cosmetic products and procedures in adult women*. Body Image. 2024 Jun;49:101701.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101701>.
- Rosenberg, M. (2015). *Sociedade e autoimagem do adolescente*. Imprensa da Universidade de Princeton. <https://doi.org/10.5380/psi.v11i1.6543>
- Santos, R. O. D. (2022). *Algoritmos, engajamento, redes sociais e educação*. Acta Scientiarum. Education, 44. <https://doi.org/10.4025/actascieduc.v44i1.52736>
- Sarasso, P., Neppi-Modona, M., Sacco, K., & Ronga, I. (2020). “*Parando para o conhecimento*”: O sentido da beleza no ciclo percepção-ação. Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 118, 723–738.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.09.004>
- Sarwer DB, Siminoff LA, Gardiner HM, Spitzer JC. *The psychosocial burden of visible disfigurement following traumatic injury*. Front Psychol. 2022 Aug 30;13:979574.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.979574>.
- Schilder, P. (1999). *A Imagem e a Aparência do Corpo Humano* (1ª ed.). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315010410>
- Scholz, J. K., & Sicinski, K. (2015). *Facial attractiveness and lifetime earnings: Evidence from a cohort study*. Review of Economics and Statistics, 97(1), 14–28.
https://doi.org/10.1162/REST_a_00435
- Schonauer, F., Scarabosio, A., Tettamanzi, M., Zena, M., Cavaliere, A., Tornambene, R., ... & De Fazio, S. (2025). Addressing Ethics in Plastic and Aesthetic Surgery: *Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica's Social Media Policy*. Plastic

and Reconstructive Surgery–Global Open, 13(2), e6493.

<https://doi.org/10.1097/GOX.00000000000006493>

Shen J, Chen J, Tang X, Bao S. The effects of media and peers on negative body image among Chinese college students: *a chained indirect influence model of appearance comparison and internalization of the thin ideal*. J Eat Disord. 2022 Apr 12;10(1):49. <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00575-0>.

Silviéri, M. C., Guimarães, A. O., Prado, D. P. F., Patto, G. J., & Soares, T. L. (2021).

Relação dos procedimentos estéticos e a idade de mulheres em Jacutinga-MG.

Sisti, A., Aryan, N., & Sadeghi, P. (2021). *What is beauty?* Aesthetic Plastic Surgery, 45(5), 2163–2176. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02288-2>

Smith, A. M., Ferris, T., Nahar, V. K., & Sharma, M. (2020). *Non-traditional and non-invasive approaches in facial rejuvenation: A brief review*. Cosmetics, 7 (1), 1–8. <https://doi.org/10.3390/cosmetics7010010>

Smith, A. M., Ferris, T., Nahar, V. K., & Sharma, M. (2020). *Procedimentos cosméticos faciais minimamente invasivos para o paciente estético millennial*. Journal of Drugs in Dermatology, 19(1), 100–103. <https://doi.org/10.36849/JDD.2020.4641>

Souza, N. C. F., Pires, G. M., & Gouveia, C. A. (2024). *The relationship of aesthetics with the self-esteem of Brazilian women: An analysis of internal conflict*. Journal of Bahria University Medical and Dental College, 14(2),100–102. Retirado de: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/768/1744493445245462.pdf>

Statistico. (2023). *Health gender distribution of cosmetic surgical procedures by year*.

Retrieved August 4, 2025, Retirado de: <https://www.statistico.com/s/health-gender-distribution-of-cosmetic-surgical-procedures-by-year>

Striegel-Moore RH, Bulik CM. *Risk factors for eating disorders*. Am Psychol. 2007

Apr;62(3):181-98. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.3.181>

Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Bridges, S., & Furnham, A. (2012). *Acceptance of cosmetic surgery: Personality and individual difference predictors*. Body Image, 9(1),

1–6. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.10.001>

Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: *Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology*. Current Directions in Psychological Science, 10(5), 181-183. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.0014>

Trópia, C. G., & Moreira, S. P. da S. (2023). *The influence of aesthetic procedures on mental health*. Estética em Movimento, 2(2), 65–89. Retirado de:

<https://revista.fumec.br/index.php/esteticaemmovimento/article/view/9808>

Valikhani, A., Sattarian, R., Rahmanian, M., Moustafa, AA, & McKinlay, A. (2021).

Autoestima e autoconhecimento em pacientes iranianos que buscam cirurgia plástica: um estudo comparativo. Journal of Pacific Rim Psychology , 15.

<https://doi.org/10.1177/1834490920974761>

Von Soest T, Kvalem IL, Roald HE, Skolleborg KC. *The effects of cosmetic surgery on body image, self-esteem, and psychological problems*. J Plast Reconstr Aesthet Surg. 2009

Oct;62(10):1238-44. <https://doi:10.1016/j.bjps.2007.12.093>

- Walker, C. E., Krumhuber, E. G., & Dayan, S. H. (2021). *Efeitos do uso das mídias sociais no desejo de cirurgia estética entre mulheres jovens*. *Current Psychology*, 40, 3355–3364. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00282-1>
- Yamasaki, V., Ponchio, M. C., Costa, S., & Rocha, T. V. (2013). *O consumo de cirurgia estética: A influência da autoestima e do materialismo*. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*, 2(2), 30–52. <https://doi.org/10.5585/rgss.v2i2.77>
- Yıldız T, Selimen D. *The Impact of Facial Aesthetic and Reconstructive Surgeries on Patients' Quality of Life*. *Indian J Surg*. 2015 Dec;77(Suppl 3):831-6. <https://doi.org/10.1007/s12262-013-1024-z>
- Yoon S, Kim YA. *Cosmetic Surgery and Self-esteem in South Korea: A Systematic Review and Meta-analysis*. *Aesthetic Plast Surg*. 2020 Feb;44(1):229-238. <https://doi.org/10.1007/s00266-019-01515-1>.
- Zhou, Y., & Wang, X. (2023). *Pursuing beauty: Socio-cultural and labor-economic determinants of cosmetic surgery consideration among female college students in China*. *International Journal of Medical Informatics*, 101231. <https://doi.org/10.1016/j.imu.2023.101231>

Anexos

Anexo A

Consentimento informado

Exmo(a). Senhor(a),

Eu, Fátima Mira, encontro-me a frequentar o 2.º ano do Mestrado em Psicologia Clínica na Universidade Lusíada (Lisboa).

Atualmente, encontro-me a realizar uma investigação subordinada ao título “Motivações que levam as mulheres a realizarem procedimentos estéticos”, sob a orientação da Professora Doutora Rita Antunes

Venho por este meio solicitar-lhe a sua livre participação nesta investigação, que contará com aplicação de um questionário, disponibilizado através de um link, que contém os seguintes instrumentos: Questionário Sociodemográfico; Escala de Dificuldades de Regulação Emocional; Escala de Autoestima de Rosenberg; Inventário de esquemas de aparência e a Escala de Adição às Redes Sociais.

Toda a informação recolhida será única e exclusivamente utilizada para os fins académicos a que se destina a Dissertação, estando sempre garantido o anonimato e privacidade de cada participante.

É livre de, a todo o tempo, de abandonar a participação neste estudo, sem ter de dar qualquer justificação e sem que com isso tenha qualquer prejuízo ou inconveniente.

Caso tenha alguma questão estarei disponível para esclarecer via *e-mail*: 11001423@lis.ulusiada.pt.

Assinatura do Participante_____

Assinatura do Estudante_____

Declaração

Eu, _____ declaro a minha
participação de livre vontade no estudo realizado pela estudante
_____.

Compreendi todos os procedimentos relativos à minha participação neste estudo.

Assinatura do Participante_____

Assinatura do Estudante_____

Anexo B

Questionário Sociodemográfico - Já realizei procedimentos estéticos

- 1) Idade -
- 2) Escolaridade
 - Ensino Básico
 - Ensino Secundário
 - Ensino Superior
- 3) Estado Civil
 - Solteiro
 - Casado
 - Viúvo
 - Divorciado
- 4) Nacionalidade
- 5) Qual o procedimento estético que já realizou (assinale as opções que se aplicam a si)
 - Procedimentos invasivos (Incluem todos os tipos de cirurgia plástica, ex:
Aumento dos seios, Lipoaspiração, Rinoplastia, Retirar alguma verruga, etc)
 - Procedimentos não invasivos (ex: Botox, preenchimentos, Radiofrequência,
Luz Intensa Pulsada, Tratamentos com LED, etc)
 - Procedimentos minimamente invasivos (Não incluem cirurgia, mas envolve
agulhas ex: Botox, Preenchimentos, Microagulhamento, Peeling, etc)
- 6) Motivações para a realização do procedimento estético (assinale todas as opções que se aplicam)
 - Melhorar a aparência geral
 - Sentir-se mais confiantes
 - Corrigir uma imperfeição física

- Sentir-se mais jovem
- Aumentar a minha autoestima
- Motivos de saúde
- Influência cultural ou redes sociais
- Preparação para um evento especial (Férias etc...)
- Outra Qual? _____

7) Pratica algum desporto

- Sim
- Não

8) Qual é a rede social que utiliza mais

- Instagram
- Facebook
- Twiter
- TikTok
- Outro

9) Qual é a média de horas por semana que gasta em redes sociais

- 0-2 / 2-4 / 4-8 / 8 horas ou mais

Anexo C

Questionário Sociodemográfico - Nunca realizei procedimentos estéticos, mas estou a pensar realizar

- 1) Idade -
- 2) Escolaridade
 - Ensino Básico
 - Ensino Secundário
 - Ensino Superior
- 3) Estado Civil
 - Solteiro
 - Casado
 - Viúvo
 - Divorciado
- 4) Nacionalidade-
- 5) Qual o procedimento que está a pensar realizar (assinale todas as opções que se aplicam)
 - Procedimentos invasivos (Incluem todos os tipos de cirurgia plástica, ex: Aumento dos seios, Lipoaspiração, Rinoplastia, Retirar alguma verruga, etc)
 - Procedimentos não invasivos (ex: Botox, preenchimentos, Radiofrequência, Luz Intensa Pulsada, Tratamentos com LED, etc)
 - Procedimentos minimamente invasivos (Não incluem cirurgia, mas envolve agulhas ex: Botox, Preenchimentos, Microagulhamento, Peeling, etc)
- 6) Motivações para a realização do procedimento estético (assinale as opções que se aplicam a si)
 - Melhorar a aparência geral
 - Sentir-se mais confiante

- Corrigir uma imperfeição física
- Sentir-se mais jovem
- Aumentar a minha autoestima
- Motivos de saúde
- Influência cultural ou redes sociais
- Preparação para um evento especial (Férias etc...)
- Outra Qual? _____

7) Pratica algum desporto

- Sim
- Não

8) Qual é a rede social que utiliza mais

- Instagram
- Facebook
- Twiter
- TikTok
- Outro

9) Qual é a média de horas por semana que gasta em redes sociais

- 0-2 / 2-4 / 4-8 / 8 horas ou mais

Anexo D

Questionário Sociodemográfico - Nunca realizei procedimentos estéticos nem estou a pensar realizar

- 1) Idade -
- 2) Escolaridade -
 - Ensino Básico
 - Ensino Secundário
 - Ensino Superior
- 3) Estado Civil
 - Solteiro
 - Casado
 - Viúvo
 - Divorciado
- 4) Nacionalidade
- 5) Porque é que nunca realizou nem tem interesse em realizar procedimentos estéticos (assinale todas as opções que se aplicam)
 - Estou satisfeita com a minha aparência
 - Prefiro não correr riscos para a minha saúde
 - Acho que são caros
 - Não vejo necessidade de mudar a minha aparência
 - Não gosto da ideia
 - Sou contra os padrões de beleza impostos pela sociedade
 - Prefiro focar-me em outros aspetos da vida (carreira, família, etc)
 - Nunca pensei no assunto
 - Outro? Qual? _____

6) Sente pressão social ou familiar para realizar qualquer tipo de procedimento?

- Sim, sinto pressão
- Não, não sinto pressão
- É me indiferente

7) Pratica algum desporto

- Sim
- Não

8) Qual é a rede social que utiliza mais

- Instagram
- Facebook
- Twiter
- TikTok
- Outro

9) Qual é a média de horas por semana que gasta em redes sociais

- 0-2 / 2-4 / 4-8 / 8 horas ou mais

Anexo E

Escala de Autoestima de Rosenberg

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). Assinale qual a que mais se adequa a si

	Discordo Fortemente	Discordo	Concordo	Concordo Fortemente
De um modo geral estou satisfeito comigo próprio.				
Por vezes penso que não presto.				
Sinto que tenho algumas boas qualidades.				
Sou capaz de fazer coisas tão bem como a maioria das outras pessoas.				
Sinto que não tenho motivos para me orgulhar de mim próprio.				
Por vezes sinto-me um inútil				
Sinto que sou uma pessoa de valor.				
Deveria ter mais respeito por mim próprio.				
De um modo geral sinto-me um fracassado				
Tenho uma boa opinião sobre mim próprio.				

Anexo F

A Escala de Dificuldades de Regulação Emocional (DERS)

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). Assinale qual a que mais se adequa a si.

	Quase Nunca se aplica a mim	Nunca aplica-se a mim	Não aplica-se e aplica- se	Aplica-se a mim	Aplica-se quase sempre a mim
Quando estou em baixo, sei que vou conseguir encontrar uma maneira de me sentir melhor					
Quando estou em baixo, penso que vou acabar por me sentir muito deprimido					
Quando estou em baixo, penso que vou-me sentir assim por muito tempo					
Quando estou em baixo, acho que não há nada que eu possa fazer para me sentir melhor					
Quando estou em baixo, acho que a única coisa que eu posso fazer é afundar-me nesse estado					
Quando estou em baixo, demoro muito tempo até me sentir melhor					
Quando estou em baixo, sinto que sou fraco					
Quando estou em baixo, as minhas emoções parecem avassaladoras					
Quando estou em baixo, fico irritado comigo próprio por me sentir assim					
Quando estou em baixo, sinto-me culpado por me sentir assim					
Quando estou em baixo, sinto-me envergonhado de mim próprio por me sentir assim					
Quando estou em baixo, fico embaraçado por me sentir assim					
Quando estou em baixo, fico zangado comigo próprio por me sentir assim					
Quando estou em baixo, começo a sentir-me muito mal comigo próprio					
Estou atento aos meus sentimentos					
Presto atenção a como me sinto					
Presto atenção a c Interesse-me com aquilo que estou a sentir como me sinto					
Quando estou em baixo, dedico algum tempo a perceber aquilo que realmente estou a sentir					

Quando estou em baixo, apercebo-me das minhas emoções					
Quando estou em baixo, acredito que os meus sentimentos são válidos e importantes					
Quando estou em baixo, fico fora de controlo					
Quando estou em baixo, eu perco o controlo dos meus comportamentos					
Quando estou em baixo, tenho dificuldade em controlar os meus comportamentos					
Quando estou em baixo, sinto-me fora de controlo					
Vivo as minhas emoções como avassaladoras e fora do controlo					
Quando estou em baixo, sinto que consigo manter o controlo dos meus comportamentos					
Quando estou em baixo, tenho dificuldade em concentrar-me					
Quando estou em baixo, tenho dificuldade em concentrar-me noutras coisas					
Quando estou em baixo, tenho dificuldade em realizar tarefas					
Quando estou em baixo, tenho dificuldade em pensar noutra coisa qualquer					
Quando estou em baixo, continuo a conseguir fazer as coisas					
Estou confuso sobre como me sinto					
Tenho dificuldade em atribuir um sentido aos meus sentimentos					
Sei exatamente como me estou a sentir					
Percebo com clareza os meus sentimentos					
Não tenho nenhuma ideia de como me sinto					

Anexo G

ASI-R

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a).

Assinale qual a que mais se adequa a si

	Discordo Fortemente	Discordo	As vezes	Concordo	Concordo Fortemente
Perco pouco tempo com a minha aparência física					
Quando vejo pessoas com boa aparência, pergunto a mim próprio se a minha aparência estará à altura					
Tento ser fisicamente tão atraente quanto possível					
Nunca dei muita atenção ao meu aspeto físico					
Raramente comparo a minha aparência com a das outras pessoas					
Vejo-me muitas vezes ao espelho, para ter a certeza de que a minha aparência física está bem					
Quando acontece alguma coisa que me faz sentir bem ou sentir mal em relação à minha aparência, tenho tendência a pensar muito nisso					
Se num determinado dia, eu gostar da minha aparência, é fácil sentir-me feliz com outras coisas					
Se alguém tivesse uma reação negativa em relação ao meu aspeto físico, isso não me incomodaria					
No que respeita à minha aparência física, tenho padrões de exigência muito elevados					
A minha aparência					

física tem tido pouca influência na minha vida					
Vestir-me bem não é uma prioridade para mim					
Quando conheço pessoas, penso no que elas irão achar da minha aparência					
No meu dia-a-dia, acontecem muitas coisas que me fazem pensar no meu aspeto físico					
Se eu não gostar da minha aparência num determinado dia, é difícil sentir-me feliz com outras coisas					
Costumo fantasiar sobre como seria a minha vida se fosse fisicamente mais atraente do que sou					
Antes de sair de casa, certifico-me de que a minha aparência está tão bem quanto me é possível					
A minha aparência é uma parte importante daquilo que sou					
Ao controlar a minha aparência, consigo controlar muitos aspetos sociais e emocionais na minha vida					

Anexo H

Escala de Adição às Redes Sociais

Avalie o seu grau de concordância em cada afirmação, relativamente ao uso de Redes Sociais, nos últimos 6 meses.

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem discordo/Nem concordo	Concordo	Concordo Totalmente
Utilizo muito mais vezes as redes sociais do que pretendia					
Considero que a vida sem redes sociais seria aborrecida					
Tenho negligenciado muitas vezes o trabalho escolar ou profissional por causa das redes sociais					
Fico irritado(a) se alguém me interrompe quando estou a utilizar as redes sociais					
Não sinto necessidade de utilizar as redes sociais durante vários dias					
É-me difícil adormecer logo após a utilização das redes sociais					
Ficaria chateado(a) se tivesse que reduzir a quantidade de tempo que passo nas redes sociais					
Os meus familiares queixam-se frequentemente da importância que dou às redes sociais					
O meu desempenho escolar ou profissional piorou por causa das redes sociais					
Costumo usar as redes sociais durante o horário escolar ou de trabalho					
Costumo de cancelar encontros com os meus amigos por causa da necessidade que tenho de utilizar					

as redes sociais					
Dou por mim várias vezes a pensar sobre o que aconteceu nas redes sociais mesmo quando não estou a utilizar					
Sinto que a minha utilização das redes sociais tem aumentado significativamente desde que as comecei a utilizar					

Anexo I

Cronograma

	Enquadramento Teórico	Método	Recolha de dados	Análise de Dados	Revisão	Apresentação
Setembro	•					
Outubro	•					
Novembro	•					
Dezembro	•	•				
Janeiro			•			
Fevereiro			•			
Março			•	•		
Abril				•		
Maio					•	
Junho					•	
Julho						•

Anexo J

Autorização da Escala Difficulties of Emotional Regulation Scale

Autorização para utilização da Escala Difficulties of Emotional Regulation Scale

Joana Coutinho <joanafpc@gmail.com>
Para: Fátima Mira <moreiraalexandra87@gmail.com>

5 de novembro de 2024 às 12:06

Bom dia,

Peço desculpa pelo atraso nesta segunda resposta.
Envio em anexo o pdf da escala que poderá utilizar no seu estudo, bem como o artigo onde poderá encontrar informação importante para o seu uso.

Desejo felicidades para o seu trabalho.

Joana Coutinho

Joana Coutinho, PhD
Psychological Neuroscience Lab
CIPsi - School of Psychology
University of Minho - Braga - Portugal
Phone: +351 253601398

Anexo K

Autorização da Escala The Appearance Schemas Inventory



Bárbara Nazaré <barbara.nazare@ucp.pt>
para mim ▾

quinta, 7/11/2024, 11:14 ☆ 😊 ↩ ⋮

Bom dia, Fátima,

espero que esteja bem.

Agradeço as informações adicionais.
Pode utilizar a **escala** no âmbito que descreveu.

O instrumento segue anexo.

Bom trabalho,

Bárbara

Anexo L

Autorização da Escala Rosenberg Self-Esteem Scale



pjsantos@sapo.pt

para mim ▾

quarta, 30/10/2024, 16:09

☆ 😊 ↩ ⋮

Cara Fátima Mira,

Na sequência da sua mensagem envio-lhe, em anexo, o instrumento solicitado e um pequeno manual de cotação do mesmo. Agradeço que aceite partilhar comigo os resultados da sua investigação quando esta estiver concluída. Pedia-lhe ainda que não facultasse a ninguém o instrumento que agora lhe envio. Em alternativa disponibilize o meu endereço de correio eletrónico. Terei muito prazer em ser, eu próprio, a enviar uma cópia da [Rosenberg Self-Esteem Scale](#).

Com os melhores cumprimentos

Paulo Santos

Faculdade de Letras
Departamento de Filosofia

Anexo M

Autorização da Escala de Adição às Redes Sociais



Ângela Leite <aleite@ucp.pt>
para mim ▾

quarta, 6/11/2024, 16:43 ☆ 😊 ↩ ⋮

Aqui vai - o resto encontra no artigo.

Ângela Leite

1. Utilizo muito mais vezes as redes sociais do que pretendia
2. Considero que a vida sem as redes sociais seria aborrecida
3. Tenho abdicado muitas vezes do meu trabalho escolar/estágio por causa das redes sociais
4. Fico irritado se alguém me interrompe quando estou a utilizar as redes sociais
5. Não sinto necessidade de utilizar as redes sociais
6. Não me apercebo da passagem do tempo quando estou a utilizar as redes sociais
7. É-me difícil adormecer logo após a utilização das redes sociais
8. Fica aborrecido se tivesse que reduzir a quantidade de tempo que passo nas redes sociais
9. Os meus familiares queixam-se frequentemente da importância que dou às redes sociais
10. As minhas notas escolares desceram por causa da utilização das redes sociais
11. Costumo usar as redes sociais durante o horário escolar/estágio
12. Costumo cancelar encontros com os meus amigos por causa da necessidade que tenho de utilizar as redes sociais
13. Dou por mim várias vezes a pensar sobre o que aconteceu nas redes sociais mesmo quando não as estou a utilizar
14. Sinto que a minha dependência das redes sociais tem aumentado significativamente desde que as comecei a utilizar

Ativar o Windows

Área de Definições para ativar o Windows