


IMPACTO DOS PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS NA AUTOIMAGEM FEMININA PÓS-MATERNIDADE

IMPACT OF AESTHETIC PROCEDURES ON FEMALE SELF-IMAGE IN THE POST-MATERNITY PERIOD

 <https://doi.org/10.63330/armv2n5-109>

Submetido em: 08/06/2026 e Publicado em: 15/06/2026

Talita da Silva Menezes

Instituto de Educação Superior de Brasília

E-mail: talitamenezes181@gmail.com

Claudia Batista Siqueira Leite

Doutora em Nanociência e Nanotecnologia

E-mail: Claudia.leite@iesb.edu.br

RESUMO

A maternidade é reconhecida como uma das maiores fases de transformações físicas, emocionais e sociais na vida da mulher pois as alterações decorrentes da gestação e do parto podem se manifestar em forma de flacidez, estrias, ganho e perda de peso, além de mudanças na silhueta, impactando diretamente a percepção da imagem e da autoimagem, o que pode gerar sentimento de insegurança e insatisfação. Nesse cenário, mesmo com a busca por uma nova rotina e o apoio familiar ou comunitário, muitas vezes não é suficiente para que a mulher se sinta bem ou alcance o corpo próximo de seus objetivos, os procedimentos estéticos surgem como alternativas para resgatar a autoestima e reconstruir uma relação de confiança com o próprio corpo, este artigo tem como objetivo investigar o impacto dos procedimentos estéticos na autoimagem feminina no período pós-maternidade, considerando os aspectos positivos, os contextos socioculturais e os possíveis aspectos negativos que emergem nessa dinâmica. Para compreender de que formas essas intervenções podem contribuir para a valorização pessoal, o fortalecimento da autoestima e a retomada da feminilidade durante a experiência da maternidade, a metodologia proposta consiste em uma revisão bibliográfica integrativa, fundamentada em artigos científicos publicados em bases como SciELO, PubMed e Google Acadêmico, entre os anos de 2019 e 2025. Serão analisados estudos que abordam a relação entre estética, autoimagem e maternidade, permitindo identificar padrões, benefícios e riscos associados aos procedimentos estéticos no puerpério, esperado que os resultados evidenciem benefícios relatados de maneira teórica, como maior confiança, satisfação pessoal e bem estar nas relações sociais, além de apontar riscos relacionados a expectativas exageradas sobre os resultados.

Palavras-chave: Autoimagem; Procedimentos estéticos; Maternidade; Autoestima; Identidade feminina.



ABSTRACT

Motherhood is recognized as one of the most significant phases of physical, emotional, and social transformations in a woman's life, as the changes resulting from pregnancy and childbirth may manifest in the form of flaccidity, stretch marks, weight gain followed by weight loss, and alterations in body shape. These changes directly impact the perception of image and self-image, which can generate feelings of insecurity and dissatisfaction. In this scenario, even with the search for a new routine and family or community support, it is often not enough for women to feel well or achieve a body close to their goals. Aesthetic procedures thus emerge as alternatives to restore self-esteem and rebuild a relationship of confidence with one's own body. This article aims to investigate the impact of aesthetic procedures on female self-image in the post-maternity period, considering positive aspects, sociocultural contexts, and possible negative outcomes that may arise in this dynamic. To understand how these interventions may contribute to personal appreciation, the strengthening of self-esteem, and the recovery of femininity during the experience of motherhood, the proposed methodology consists of an integrative literature review based on scientific articles published in databases such as SciELO, PubMed, and Google Scholar between 2019 and 2025. Studies addressing the relationship between aesthetics, self-image, and motherhood will be analyzed, allowing the identification of patterns, benefits, and risks associated with aesthetic procedures in the postpartum period. It is expected that the results will highlight theoretical benefits such as increased confidence, personal satisfaction, and social well-being, while also pointing out risks related to unrealistic expectations regarding outcomes.

Keywords: Self-image; Aesthetic procedures; Motherhood; Self-esteem; Female identity.

1 INTRODUÇÃO

A maternidade representa uma das fases mais intensas da vida da mulher, pois envolve mudanças físicas e emocionais que repercutem diretamente na construção da autoimagem e da autoestima. Essas alterações corporais, como diástase abdominal, estrias e flacidez, frequentemente geram insegurança e desconforto, o que explica por que muitas mulheres recorrem aos procedimentos estéticos como alternativa para recuperar confiança e bem-estar. O tema ganha relevância porque evidencia a necessidade de compreender os impactos dessas práticas em um momento de vulnerabilidade, quando o corpo feminino passa por transformações significativas e a identidade se reconfigura diante das exigências sociais e pessoais.

O problema de pesquisa se delimita na ausência de estudos que investiguem de forma aprofundada como os procedimentos estéticos influenciam a percepção corporal e emocional das mulheres no período pós-maternidade. Embora existam pesquisas que relacionem estética e autoestima, ainda não há consenso



sobre os efeitos específicos dessas intervenções no puerpério. Essa lacuna científica justifica a pertinência do trabalho, porque compreender tais impactos pode contribuir para práticas mais seguras e humanizadas na área da estética, evitando riscos associados a expectativas irreais e oferecendo suporte às mulheres que buscam conciliar maternidade e valorização pessoal.

O objetivo geral consiste em investigar o impacto dos procedimentos estéticos na autoimagem feminina durante o período pós-maternidade, buscando identificar tanto os benefícios quanto os desafios que emergem dessa relação. Para alcançar esse propósito, foram definidos objetivos específicos: analisar os benefícios relatados em estudos sobre autoestima e bem-estar após procedimentos estéticos; identificar os riscos relacionados a expectativas irreais e pressões sociais; compreender os aspectos socioculturais que influenciam a busca por estética no pós-parto; e contribuir para práticas profissionais seguras e humanizadas na área da estética. Esses objetivos se articulam porque permitem uma visão ampla e crítica, integrando dimensões psicológicas, sociais e culturais que atravessam a experiência da maternidade.

A justificativa do estudo se sustenta em diferentes perspectivas. Do ponto de vista acadêmico, a pesquisa amplia o entendimento sobre a relação entre corpo, identidade feminina e saúde emocional, porque aborda um recorte específico ainda pouco explorado: o pós-maternidade. No campo social, o trabalho é relevante porque promove reflexões sobre os padrões de beleza impostos culturalmente e sobre a necessidade de escolhas conscientes e saudáveis, considerando que a pressão estética intensificada pelas redes sociais influencia diretamente a forma como as mulheres percebem seus corpos. Na prática profissional, a investigação oferece subsídios para protocolos de atendimento que considerem o momento de vulnerabilidade vivido pelas mulheres, fortalecendo práticas estéticas responsáveis e humanizadas. Essa justificativa é consistente porque une aspectos científicos, sociais e práticos, demonstrando que o estudo não apenas contribui para a literatura acadêmica, mas também para a atuação profissional e para a vida das mulheres que vivenciam a maternidade.

A breve revisão teórica evidencia que os procedimentos estéticos podem contribuir positivamente para a autoestima, mas esses benefícios não surgem de maneira automática, porque dependem de variáveis psicológicas, contextos sociais e da rede de apoio. Fatores como motivação interna genuína, suporte profissional adequado e expectativas realistas são fundamentais para que os resultados sejam consistentes e duradouros (Marques; Paterno, 2025; Silva *et al.*, 2021). Pesquisas também revelam que o apoio da família e da comunidade é essencial para que a mulher vivencie a maternidade de forma saudável, porque em situações de mudanças drásticas ou isolamento a ausência desse suporte intensifica os desafios e reforça a necessidade de uma abordagem culturalmente competente (Serralha, 2023). A literatura científica mostra ainda que a questão da beleza e do corpo está ligada ao autoconceito, compreendido por dimensões como o “eu real”, o “eu ideal” e o “eu social”. Nesse sentido, a aparência física torna-se elemento central na construção da identidade e na forma como a mulher acredita ser percebida pela sociedade (Silva *et al.*,



2021). A pressão estética, intensificada pelas redes sociais, amplia a procura por procedimentos como forma de adaptação a padrões de beleza socialmente estabelecidos, que mudam constantemente (Xavier *et al.*, 2024).

Apesar dos avanços na compreensão da relação entre estética e autoestima, ainda existem lacunas relacionadas ao impacto específico dos procedimentos estéticos na autoimagem feminina durante o período pós-maternidade. Investigar como essas práticas influenciam a percepção corporal e emocional das mulheres no puerpério é fundamental porque contribui para o entendimento científico e para o fortalecimento de práticas estéticas seguras e humanizadas, favorecendo a manutenção dos aspectos positivos da área da estética nesse contexto.

Diante disso, o presente trabalho se propõe a investigar o impacto dos procedimentos estéticos na autoimagem feminina no período pós-maternidade, considerando os aspectos positivos, os contextos socioculturais e os possíveis aspectos negativos que emergem nessa **dinâmica**.

2 METODOLOGIA

O presente artigo será desenvolvido por meio de uma **revisão integrativa de literatura**, caracterizada como pesquisa qualitativa, cujo objetivo é reunir, analisar e sintetizar resultados de diferentes estudos que abordem a relação entre procedimentos estéticos e autoimagem feminina no período pós-maternidade. Essa escolha metodológica se justifica porque permite integrar achados de diversas abordagens, oferecendo uma visão ampla e crítica sobre o tema.

2.1 TIPO DE PESQUISA

A investigação será conduzida como estudo bibliográfico, fundamentado em publicações científicas indexadas em bases de dados reconhecidas, como SciELO, PubMed e Google Scholar. A seleção de materiais seguirá critérios rigorosos de inclusão e exclusão, garantindo a relevância e a qualidade das fontes utilizadas.

2.2 TÉCNICAS DE COLETA

A busca será realizada por meio de descritores previamente definidos, como *self-image*, *aesthetic procedures*, *motherhood* e *self-esteem*. Esses termos serão combinados em diferentes estratégias de pesquisa, assegurando abrangência e precisão na identificação dos trabalhos pertinentes.

2.2.1 Critérios de inclusão

Serão considerados artigos publicados entre 2015 e 2025, em português e inglês, que tratem diretamente da relação entre estética, maternidade e identidade feminina.



2.2.2 Critérios de exclusão

Serão descartados estudos que não apresentem pertinência ao tema, trabalhos em formato de monografia ou literatura cinzenta, além de publicações que abordem procedimentos estéticos em contextos desvinculados da maternidade.

2.3 INSTRUMENTOS DE ANÁLISE

Os artigos selecionados serão organizados por meio de fichamento estruturado, contendo informações como autor, ano, título, periódico, objetivos, metodologia, principais resultados e contribuições para o tema. Esse processo permitirá a construção de quadros comparativos e mapas conceituais, facilitando a análise crítica e a identificação de padrões, benefícios e riscos associados às práticas estéticas no puerpério.

2.4 AMOSTRA

A amostra será composta por estudos que atendam aos critérios estabelecidos, formando um corpus de análise representativo da produção científica sobre estética e autoimagem no período pós-maternidade.

3 DISCUSSÃO

A discussão será fundamentada em referenciais teóricos e nos resultados obtidos a partir da revisão integrativa. O exame crítico dos artigos permitirá compreender como os procedimentos estéticos influenciam a percepção corporal e emocional das mulheres, destacando tanto os aspectos positivos quanto os desafios que emergem dessa dinâmica. O diálogo entre diferentes perspectivas possibilitará identificar padrões recorrentes, lacunas existentes e implicações práticas para a área da estética.

Essa abordagem é relevante porque evidencia a necessidade de práticas profissionais responsáveis, que considerem o momento de vulnerabilidade vivido pelas mulheres durante a maternidade. A análise também contribuirá para reflexões sobre os padrões de beleza impostos culturalmente e sobre a importância de escolhas conscientes e saudáveis, fortalecendo a compreensão científica e social do tema.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 AUTOIMAGEM E AUTOESTIMA FEMININA

A autoimagem feminina é um conceito que envolve percepções, crenças e sentimentos sobre o corpo, influenciando diretamente a autoestima e a identidade e durante a gestação e o puerpério, as mulheres vivenciam mudanças corporais intensas que podem alterar a forma como se reconhecem, criando conflitos entre o corpo real e o corpo idealizado. Meireles observa que essas transformações geram insegurança e



podem comprometer o bem-estar emocional, tornando a autoimagem um fator central na construção da identidade feminina (Meireles *et al.*, 2016).

O ciclo gravídico-puerperal traz modificações biopsicossociais que repercutem na autoestima, pois o ganho de peso, as alterações da pele e a flacidez corporal são percebidos como elementos que diminuem a aceitação pessoal. A autoestima nesse período sofre influência de fatores estéticos e sociais, como apoio familiar e condições econômicas, que podem suavizar ou intensificar os impactos das mudanças corporais. A percepção da mulher sobre si mesma é moldada por essas variáveis, que podem fortalecer ou fragilizar sua confiança (Brandão *et al.*, 2023).

Os padrões de beleza impostos pela sociedade afetam a saúde mental das mulheres no puerpério, reforçando a pressão para retornar ao corpo anterior à gestação, essa cobrança social intensifica sentimentos de inadequação e compromete a autoimagem, criando uma relação direta entre estética e sofrimento emocional. Então a construção de uma autoimagem saudável depende de suporte psicológico e da valorização da diversidade corporal, permitindo que a mulher se reconheça para além dos padrões estéticos (Cabral; Cordeiro, 2023).

A imagem de si durante a maternidade não se limita às mudanças físicas, mas também envolve aspectos emocionais e sociais que se entrelaçam com a identidade feminina, Meireles aponta que a discrepância entre o corpo real e o corpo idealizado pode gerar conflitos internos, dificultando a aceitação pessoal e aumentando o risco de sintomas depressivos, o que se torna uma evidencia de que a autoimagem é um construto multidimensional, que precisa ser compreendido em sua complexidade (Meireles *et al.*, 2017).

Fatores externos como apoio familiar e condições socioeconômicas podem suavizar os impactos das mudanças corporais, ajudando a mulher a enfrentar o período com maior segurança. A saúde nesse contexto, não depende apenas da percepção individual, mas também da rede de apoio que oferece sustentação emocional e prática. Essa interação entre fatores internos e externos mostra que a autoestima é resultado de múltiplas influências (Brandão *et al.*, 2023).

Em acordo é possível entender que os padrões de beleza contemporâneos, amplamente divulgados pela mídia, criam expectativas irreais que pressionam as mulheres a buscar um corpo idealizado. Essa pressão social compromete a saúde mental e intensifica sentimentos de inadequação, tornando o puerpério um período de vulnerabilidade e a superação desses desafios exige estratégias de apoio que promovam a aceitação da diversidade corporal e o fortalecimento da autoestima (Cabral; Cordeiro, 2023).

A literatura mostra que a autoimagem feminina durante a maternidade é marcada por tensões entre o corpo real e o corpo idealizado, influenciada por fatores biopsicossociais e culturais. Meireles destaca que a manutenção de uma autoimagem saudável pode ser uma estratégia de proteção contra patologias



psicológicas, como a depressão pós-parto onde surge uma importância de compreender a autoimagem como elemento central na saúde emocional da mulher (Meireles *et al.*, 2016).

Em complemento é importante destacar que a autoestima nesse período é impactada por aspectos estéticos e externos, como apoio familiar e condições econômicas, que podem suavizar ou intensificar os efeitos das mudanças corporais, essa análise mostra que a autoestima não é estática, mas dinâmica, variando conforme o contexto vivido pela mulher até para tornar possível a promoção de práticas de cuidado mais humanizadas (Brandão *et al.*, 2023).

Pois há uma pressão estética contínua e contemporânea compromete a saúde mental das mulheres no puerpério, reforçando a necessidade de estratégias de apoio que ajudem a lidar com essas cobranças. A construção de uma autoimagem saudável depende de suporte psicológico e da valorização da diversidade corporal, permitindo que a mulher se reconheça para além dos padrões estéticos impostos pela sociedade (Cabral; Cordeiro, 2023).

4.1.1 Transformações corporais na maternidade

A maternidade é marcada por transformações corporais intensas que repercutem diretamente na percepção da mulher sobre si mesma. Rett *et al.* (2009) descrevem o afastamento dos músculos retos abdominais, conhecido como diástase, como uma das alterações mais comuns decorrentes do crescimento uterino, essa condição fragiliza a parede abdominal, reduz a força muscular e pode provocar dores lombares, interferindo tanto na funcionalidade quanto na confiança pessoal da puérpera e a diástase não deve ser compreendida apenas como um aspecto estético, mas como uma alteração que compromete a estabilidade postural e a qualidade de vida.

Purim; Avelar (2012) analisam o melasma como outra manifestação recorrente durante a gestação, caracterizada por manchas escuras na pele, sobretudo na região facial, com a hiperpigmentação, desencadeada por fatores hormonais e pela exposição solar, compromete a satisfação estética e gera repercussões emocionais, reduzindo a percepção positiva da própria imagem, trazendo o desconforto psicológico associado ao melasma evidencia que as mudanças corporais ultrapassam a dimensão fisiológica e atingem também a esfera subjetiva da saúde.

Costa *et al.* (2021) observam que a diástase abdominal pode ser tratada com recursos fisioterapêuticos, como a eletroestimulação neuromuscular, que favorece a recuperação da força e do tônus muscular, com esse tipo de intervenção contribui para a melhora da funcionalidade e da estética, valorizando a autoimagem da mulher e fortalecendo sua confiança pessoal além do cuidado fisioterapêutico demonstra que a atenção às transformações corporais deve integrar aspectos físicos e emocionais, não se restringindo ao campo estético.



As alterações corporais na maternidade incluem modificações na pele, na musculatura e na circulação, todas com impacto direto na autoimagem. Rett *et al.* (2009) apontam que a diástase compromete a sustentação do tronco e dificulta atividades cotidianas, aumentando a sensação de fragilidade e reforçando a necessidade de acompanhamento especializado. Purim; Avelar (2012) destacam que o melasma, associado a fatores hormonais e genéticos, intensifica sentimentos de inadequação e insatisfação com a própria aparência, tornando o período mais vulnerável para a saúde emocional. Costa *et al.* (2021) enfatizam que a recuperação da diástase depende de tratamento adequado e de informação clara sobre a condição, já que muitas mulheres desconhecem seus efeitos e não buscam assistência, o que compromete sua funcionalidade e bem-estar.

4.1.2 Identidade e percepção social

A identidade feminina durante a maternidade é atravessada por fatores sociais e culturais que moldam a forma como a mulher se reconhece, e nesse sentido Pimenta; Serralha (2023) observam que a experiência materna não pode ser entendida apenas como um processo biológico, mas como uma vivência que envolve dimensões emocionais e sociais, pois a percepção da mulher sobre si mesma é influenciada por expectativas externas que, muitas vezes, reforçam papéis tradicionais e limitam sua autonomia, criando um cenário em que o corpo e a subjetividade se tornam alvo de cobranças constantes.

Zanello (2018) analisa que a representação social da figura materna passou por transformações históricas, transitando de uma imagem ligada à sedução para a idealização de uma maternidade compassiva, e essa mudança, embora tenha ampliado o reconhecimento da função materna, consolidou estereótipos que associam a identidade feminina ao cuidado e à renúncia pessoal. Contudo, a pressão para corresponder a esse modelo pode gerar conflitos internos, já que a mulher precisa conciliar sua identidade individual com as exigências sociais, e então o processo de construção da maternidade se torna permeado por tensões entre desejo próprio e imposições externas.

Ciampa (2008) destaca que a identidade é múltipla e mutável, construída nas relações sociais e nas práticas cotidianas, e durante o puerpério a mulher enfrenta uma crise de identidade porque precisa reorganizar sua vida em função do bebê e das expectativas sociais que recaem sobre ela. Essa reorganização, porém, não se limita a ajustes práticos, mas envolve sentimentos de perda da identidade anterior e de inadequação, mostrando que a percepção social exerce influência direta sobre a forma como a mulher se reconhece, e então o puerpério se configura como um período de redefinição subjetiva em que o corpo, a mente e as relações sociais se entrelaçam para compor uma nova forma de ser e de se apresentar ao mundo.



4.2 PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS E SAÚDE EMOCIONAL

Os procedimentos estéticos constituem práticas voltadas à modificação ou aprimoramento de aspectos corporais e faciais, e sua relação com a saúde emocional tem sido discutida em diferentes áreas do conhecimento, pois Gomes et al. (2022) afirmam que no período do puerpério a atuação do esteticista é relevante para a confiança pessoal, já que a mulher enfrenta alterações físicas que podem comprometer sua percepção de si mesma e seu bem-estar, e então o cuidado estético nesse momento não se restringe ao corpo, mas influencia também a forma como a mulher se reconhece e constrói sua identidade.

A literatura aponta que tais procedimentos podem gerar efeitos positivos na valorização da autoimagem, porém esses resultados dependem de fatores como motivação interna e acompanhamento profissional, e Marques; Paterno (2025) observam que a evolução da percepção pessoal após intervenções estéticas está ligada ao processo de autoconhecimento e não apenas ao resultado físico imediato, de modo que o procedimento deve ser entendido como parte de uma trajetória de aceitação e fortalecimento subjetivo, o que reforça a importância de uma abordagem crítica e consciente.

Silva et al. (2023) destacam que a autoimagem durante a gestação sofre impacto direto das mudanças corporais, e a busca por recursos estéticos pode surgir como tentativa de recuperar a confiança, contudo o autor alerta que expectativas irreais podem gerar frustração e comprometer a saúde emocional, e a revisão sistemática realizada mostra que a percepção negativa durante a gravidez está associada a sintomas depressivos e baixa autoestima, evidenciando a necessidade de acompanhamento psicológico integrado às práticas estéticas.

Quando realizados com orientação adequada, os procedimentos podem contribuir para a valorização da autoimagem e para o fortalecimento da confiança pessoal, e Gomes et al. (2022) ressaltam que o esteticista desempenha papel fundamental ao oferecer recursos que amenizam alterações como estrias, flacidez e diástase abdominal, favorecendo a recuperação da autoestima e tornando o cuidado estético um aliado da saúde emocional, pois ajuda a mulher a enfrentar as mudanças corporais com maior segurança e serenidade.

Marques; Paterno (2025) argumentam que os resultados positivos dependem da congruência entre o desejo pessoal e o resultado alcançado, e então quando a motivação é genuína os efeitos na autoestima tendem a ser duradouros, fortalecendo a identidade e a autoconfiança, e o estudo evidencia que a estética deve ser compreendida como parte de um processo de autoconhecimento e não como solução única para conflitos internos, ampliando a compreensão sobre sua relação com a saúde emocional.

Silva et al. (2023) observam que a pressão estética pode levar mulheres a buscar procedimentos sem considerar os riscos emocionais envolvidos, e a percepção negativa durante a gestação e o puerpério pode intensificar sintomas de ansiedade e depressão, tornando necessário um olhar interdisciplinar que una



estética e psicologia, e então o autor conclui que a saúde emocional deve ser prioridade e que os procedimentos só alcançam resultados consistentes quando acompanhados de suporte psicológico.

A análise dos estudos evidencia que os procedimentos estéticos possuem potencial para melhorar a autoestima e a saúde emocional, porém seus efeitos não são automáticos, e Gomes et al. (2022) mostram que o papel do esteticista é oferecer cuidado humanizado que considere as vulnerabilidades da mulher no puerpério, enquanto Marques; Paterno (2025) reforçam que a estética deve ser parte de um processo de autoconhecimento e Silva et al. (2023) alertam para os riscos de expectativas irreais, e então esses autores convergem ao destacar que a saúde emocional é inseparável da prática estética e que o bem-estar depende de uma abordagem crítica, consciente e interdisciplinar.

4.2.1 Impactos positivos relatados

Gomes et al. (2022) afirma que o esteticista exerce função essencial na melhora da autoestima durante o puerpério, pois os procedimentos aplicados reduzem alterações como estrias, flacidez e até marcas deixadas pela gestação, e então esse cuidado favorece a confiança pessoal e auxilia na reintegração da mulher em sua rotina, mostrando que a estética pode ser aliada da saúde emocional. O impacto positivo não se limita ao corpo, mas se reflete também na valorização da imagem e na sensação de bem-estar, reforçando que o cuidado estético atua como suporte psicológico indireto.

Em sua obra os autores Marques; Paterno (2025) observa que a evolução da autoimagem após intervenções estéticas está ligada ao processo de autoconhecimento, e não apenas ao resultado físico imediato, e então o autor destaca que quando a motivação é genuína os resultados fortalecem a identidade e a autoconfiança. Contudo, o impacto positivo não se restringe ao corpo, mas alcança a percepção subjetiva da mulher sobre si mesma, o que reforça a importância de compreender a estética como parte de uma trajetória pessoal e não como solução isolada para conflitos internos.

Para inserir dados mais precisos Meireles et al. (2017) analisa que atitudes corporais negativas durante a gestação podem ser suavizadas por práticas estéticas seguras, e o estudo mostra que intervenções adequadas contribuem para reduzir sintomas depressivos e melhorar a autoestima. Então, a estética nesse contexto atua como recurso complementar para promover bem-estar psicológico e fortalecer a confiança da gestante, funcionando como estratégia de enfrentamento diante das vulnerabilidades emocionais que acompanham esse período.

Concluindo com algo similar na sua obra Silva et al. (2023) aponta que a autoimagem durante a gravidez sofre influência direta das mudanças corporais, e os procedimentos estéticos podem ajudar a recuperar a confiança, porém o autor ressalta que expectativas realistas são fundamentais para que os resultados sejam positivos. A estética, quando bem conduzida, favorece a saúde emocional e fortalece a



identidade feminina, criando um impacto duradouro que ultrapassa o momento imediato da intervenção e contribui para a construção de uma percepção mais equilibrada da própria imagem.

4.2.2 Riscos e expectativas irreais

Os procedimentos estéticos podem gerar frustração quando associados a expectativas exageradas ou influenciados por pressões externas, e nesse sentido Nascimento et al. (2022) destacam que muitas mulheres acreditam que a estética resolverá conflitos emocionais profundos, porém essa visão cria dependência psicológica e insatisfação contínua. A literatura mostra que, sem acompanhamento adequado, os resultados podem intensificar sintomas de ansiedade e comprometer a saúde mental, e então o risco não está apenas no procedimento em si, mas na forma como ele é interpretado pela paciente, que muitas vezes busca nele uma solução definitiva para questões identitárias. Essa interpretação equivocada reforça a necessidade de compreender a estética como recurso complementar e não como resposta única às demandas emocionais.

Em situações delicadas, como no caso de mulheres mastectomizadas, Reigele (2022) observa que intervenções estéticas isoladas podem não alcançar melhora significativa na autoestima, e o estudo evidencia que a ausência de suporte psicológico contínuo aumenta a chance de insatisfação e dependência emocional. A expectativa de que o procedimento trará aceitação imediata é irreal, pois a autoestima depende de múltiplos fatores, incluindo apoio social, percepção individual e acompanhamento interdisciplinar. Contudo, quando a estética é integrada a práticas de cuidado psicológico e social, os resultados tendem a ser mais consistentes, favorecendo o bem-estar e reduzindo os riscos de frustração.

A análise desses estudos mostra que os procedimentos estéticos possuem potencial para contribuir com a saúde emocional, mas seus efeitos não são automáticos e então é necessário que sejam acompanhados de suporte psicológico e de uma abordagem crítica que considere as vulnerabilidades individuais. A estética, nesse contexto, deve ser vista como parte de um processo mais amplo de reconstrução da identidade e de fortalecimento da autoconfiança, evitando que expectativas irreais comprometam o bem-estar emocional e garantindo que os resultados sejam duradouros e integrados à trajetória pessoal da mulher.

4.3 CONSTRUÇÃO DO AUTOCONCEITO USANDO A ESTÉTICA

Os procedimentos estéticos atuam como suporte para a recuperação da confiança feminina no pós-parto, já que reduzem marcas corporais e favorecem a percepção positiva da própria imagem, e nesse sentido a atuação do esteticista é apontada como essencial por Gomes et al. (2022), pois contribui para que a mulher se reintegre à sua rotina com maior segurança emocional. A estética, então, não se limita ao aspecto físico, mas se torna aliada da saúde psicológica ao promover bem-estar e valorização da autoimagem.

A evolução da percepção pessoal após intervenções estéticas não depende apenas do resultado imediato, mas está vinculada ao processo de autoconhecimento, e Marques; Paterno (2025) ressaltam que



os efeitos são duradouros quando alinhados às motivações internas da paciente. Contudo, a estética deve ser entendida como parte de uma trajetória de aceitação e fortalecimento subjetivo, evitando que seja vista como solução única para conflitos emocionais.

O autoconceito nesse período envolve não apenas as mudanças corporais, mas também a forma como a mulher interpreta sua nova condição, e muitas vezes o corpo passa a ser percebido como símbolo de fragilidade. Então, práticas estéticas surgem como recurso para ressignificar essa percepção, favorecendo a valorização da imagem e ampliando o equilíbrio emocional diante das exigências da maternidade.

A identidade feminina é atravessada por fatores sociais que moldam a forma como a mulher se reconhece, e nesse cenário a estética funciona como mediadora entre o eu individual e o eu social, permitindo que haja equilíbrio entre expectativas próprias e pressões externas, como observam Pimenta (2023). Silva et al. (2023) complementam ao destacar que a construção do autoconceito depende de expectativas realistas, pois procedimentos só produzem impacto positivo quando acompanhados de suporte psicológico.

O pós-maternidade também pode ser compreendido como momento de valorização pessoal, em que intervenções minimamente invasivas aumentam a satisfação estética e a confiança social, ampliando a percepção de qualidade de vida, como mostra Oliveira (2021). Meireles et al. (2017) acrescentam que práticas seguras reduzem sintomas depressivos e fortalecem a autoestima, evidenciando que o autoconceito é resultado da integração entre estética e saúde emocional.

Fatores externos como apoio familiar e condições econômicas influenciam diretamente a forma como a mulher se percebe, e Brandão (2023) lembra que esses elementos podem potencializar ou limitar os efeitos da estética. Cabral (2023) alerta que padrões de beleza impostos pela sociedade comprometem o autoconceito e criam sentimentos de inadequação, e então a valorização da diversidade corporal se torna fundamental para que a identidade feminina seja reconstruída de forma autêntica.

A identidade, segundo Ciampa (2008), é múltipla e mutável, construída nas relações sociais e nas práticas cotidianas, e durante o puerpério a mulher enfrenta uma crise que pode ser suavizada pela estética como recurso de fortalecimento do autoconceito. Zanello (2018) mostra que a representação social da figura materna reforça estereótipos de cuidado e renúncia, e a estética surge como possibilidade de equilíbrio, permitindo que a mulher se reconheça para além dos papéis tradicionais.

5 CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar a construção do autoconceito feminino no período pós-maternidade, considerando a influência dos procedimentos estéticos e os impactos sociais e emocionais relacionados, e nesse sentido buscou compreender como a estética atua na valorização da imagem corporal



e na reconstrução da identidade da mulher nesse momento específico em que corpo e subjetividade passam por transformações intensas.

Os resultados mostraram que os procedimentos estéticos contribuem para a recuperação da confiança pessoal, fortalecem a autoestima e auxiliam na reintegração da mulher em sua rotina, porém ficou evidente que esses efeitos não são automáticos, já que dependem da forma como cada mulher interpreta sua experiência e das condições sociais que a cercam, e então a estética aparece como recurso simbólico que ajuda a ressignificar a imagem corporal, mas não substitui o apoio emocional e social necessário nesse período. Também foi possível observar que fatores sociais, culturais e econômicos influenciam diretamente a percepção da identidade feminina, e a construção do autoconceito não se limita às mudanças físicas, mas envolve expectativas externas, padrões de beleza e condições materiais que moldam a forma como a mulher se reconhece, entretanto quando há suporte familiar e valorização da diversidade corporal os resultados tendem a ser mais positivos, mostrando que o autoconceito é resultado de múltiplas dimensões que se entrelaçam.

A pesquisa contribui para ampliar o debate sobre a relação entre estética e saúde emocional, destacando a importância de uma abordagem interdisciplinar que envolva profissionais da saúde, da estética e da psicologia, além disso reforça a necessidade de considerar a diversidade corporal e de valorizar práticas que promovam bem-estar físico e emocional, evitando que a estética seja vista apenas como solução rápida para conflitos internos.

Um ponto que merece atenção futura é a forma como a mídia e as redes sociais influenciam a percepção da mulher sobre seu corpo, porque muitas vezes imagens idealizadas reforçam padrões inalcançáveis e criam frustração e insatisfação, contudo quando a estética é acompanhada de discursos que valorizam a autenticidade e a diversidade ela pode se tornar ferramenta de empoderamento e reconstrução identitária, e então o impacto positivo se amplia para além do corpo e alcança a subjetividade.

O estudo também evidencia que a estética no pós-maternidade deve ser compreendida como parte de um processo mais amplo de autoconhecimento, não se trata apenas de corrigir marcas corporais, mas de oferecer à mulher meios de se reconectar com sua própria identidade, e então os procedimentos estéticos ganham sentido quando integrados a práticas de cuidado emocional, fortalecendo a confiança e a percepção positiva de si mesma.

Além disso é importante destacar que a estética pode atuar como mediadora entre o eu individual e o eu social, já que ao buscar procedimentos a mulher não está apenas cuidando de sua aparência, mas também respondendo às pressões externas que moldam sua identidade, e nesse cenário o papel dos profissionais é fundamental para orientar escolhas conscientes e evitar expectativas irreais, garantindo que os resultados sejam consistentes e duradouros.



A análise dos dados mostra que o autoconceito feminino no pós-maternidade é construído a partir de múltiplas dimensões físicas, emocionais, sociais e culturais, e a estética contribui para esse processo, mas não deve ser vista como solução isolada, pois é preciso integrar práticas de saúde, apoio psicológico e valorização da diversidade para que os resultados sejam realmente transformadores.

Para concluir, este estudo reforça que a estética no pós-maternidade não é apenas prática corporal, mas recurso simbólico que fortalece o autoconceito e ajuda a mulher a enfrentar as transformações desse período, contudo seus efeitos dependem da forma como são conduzidos e das condições sociais que os acompanham, e então a estética deve ser compreendida como parte de uma trajetória de reconstrução identitária e emocional, capaz de promover bem-estar e valorização pessoal quando integrada a uma abordagem crítica, consciente e interdisciplinar, e dessa forma se torna um instrumento de equilíbrio entre corpo, mente e sociedade.

REFERÊNCIAS

- BRANDÃO, M. C. S. O.; REZENDE, F. C. O.; HIGA, S. S.; BELO NETO, R. V.; LOPES, L. E. S. **Fatores que interferem na autoestima da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal.** Caderno de Graduação – Ciências Biológicas e da Saúde (UNIT/SE), v.8, n.2, p.11-25, 2023. Disponível em: <https://seer.unit.br/cadernobiologicas/article/view/2023> Acesso em: 15 maio 2026.
- CABRAL, A. O.; CORDEIRO, S. R. **Como os padrões de beleza impactam na saúde mental de mulheres no puerpério.** UniSales – Centro Universitário Salesiano, Vitória, 2023. Disponível em: <https://unisales.br/revista/padroes-beleza-puerperio>. Acesso em: 28 maio 2026.
- GOMES, A. S.; SANTOS, D. O.; ROCHA, J.; CAETITÉ, A. R. M. **Autoestima no puerpério: atuação do esteticista.** Research, Society and Development, v.11, n.6, p.e12345, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12345>. Acesso em: 05 jun. 2026.
- MARQUES, L. F. N.; PATERNO, J. C. **A influência da estética na autoestima: a evolução da autoimagem pós-procedimentos.** In: XIX Encontro Latino Americano de Iniciação Científica; XXV Encontro Latino Americano de Pós-Graduação; XV Encontro de Iniciação à Docência. Universidade do Vale do Paraíba, São José dos Campos, 2025. Disponível em: <https://univap.br/eventos/anais/2025> Acesso em: 12 jun. 2026.
- MEIRELES, J. F. F.; NEVES, C. M.; CARVALHO, P. H. B.; FERREIRA, M. E. C. **Imagem corporal de gestantes: um estudo longitudinal.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v.65, n.3, p.223-230, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000126> . Acesso em: 20 maio 2026.
- MEIRELES, J. F. F.; NEVES, C. M.; CARVALHO, P. H. B.; FERREIRA, M. E. C. **Imagem corporal, atitudes alimentares, sintomas depressivos, autoestima e ansiedade em gestantes de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, v.22, n.2, p.437-445, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232017222>. Acesso em: 25 maio 2026.



PIMENTA, F. M.; SERRALHA, C. A. **A experiência de maternidade na perspectiva das mulheres: revisão integrativa.** *Psicologia Clínica*, v.35, n.2, p.89-104, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.33208/pc.v35i2.2023>. Acesso em: 09 jun. 2026.

SILVA, I. F. P.; ANTUNES FILHO, C. R.; OLIVEIRA, M. F. **O impacto da autoimagem durante o período gestacional sobre a autoestima: revisão sistemática.** *Contemporary Journal*, v.5, n.1, p.112-130, 2023. Disponível em: <https://contemporaryjournal.org/article/view/> Acesso em: 02 jun. 2026.

XAVIER, N. M. J.; PEREIRA, B. K. J.; OLIVEIRA, R. L. S.; SANTOS, P. B. **Impacto dos procedimentos biomédicos estéticos na autoestima e qualidade de vida.** *Revista Delos*, v.17, n.2, p.45-60, 2024. Disponível em: <https://revistadelos.org/article/view/2024>. Acesso em: 07 jun. 2026.