LUMEN ET VIRTUS
ISSN: 2177-2789

O PAPEL DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA FEMININA

THE ROLE OF THE AESTHETICS PROFESSIONAL IN BUILDING FEMALE SELF-ESTEEM

EL PAPEL DEL PROFESIONAL DE LA ESTÉTICA EN EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA FEMENINA

https://doi.org/10.56238/levv16n51-100

Data de submissão: 13/07/2025 **Data de publicação:** 13/08/2025

Wanessa Adelina

RESUMO

O presente artigo teve como objetivo analisar o papel do profissional da estética na construção da autoestima feminina, considerando os aspectos psicológicos, sociais e culturais que permeiam essa relação. A pesquisa foi desenvolvida por meio de revisão bibliográfica, com base em publicações científicas brasileiras recentes, destacando a importância da estética como prática de cuidado integral e promotora de bem-estar. A análise demonstrou que a atuação do esteticista transcende a dimensão técnica, assumindo caráter terapêutico e educativo, capaz de influenciar a percepção de valor pessoal e de fortalecer a autoconfiança das mulheres. Observou-se que os atendimentos estéticos, quando conduzidos de forma ética e humanizada, favorecem a autopercepção positiva, o equilíbrio emocional e a aceitação da própria imagem, tornando-se instrumentos de empoderamento e de reconstrução simbólica. Constatou-se que a estética moderna, ao integrar ciência, sensibilidade e ética, consolida-se como campo de promoção da saúde emocional e de valorização da individualidade feminina. Conclui-se que o profissional da estética exerce função fundamental na promoção da autoestima, contribuindo para a formação de uma consciência corporal mais saudável, confiante e autêntica, reafirmando a estética como prática de transformação humana e de fortalecimento da identidade pessoal.

Palavras-chave: Estética. Autoestima. Bem-estar. Profissional da Estética. Empoderamento Feminino.

ABSTRACT

This article aimed to analyze the role of the aesthetics professional in building female self-esteem, considering the psychological, social, and cultural aspects involved in this relationship. The study was developed through a bibliographic review based on recent Brazilian scientific publications, emphasizing aesthetics as a practice of comprehensive care and a promoter of well-being. The analysis showed that the work of the esthetician transcends technical aspects, assuming a therapeutic and educational nature capable of influencing self-perception and strengthening women's self-confidence. It was observed that aesthetic treatments, when conducted ethically and humanely, promote positive self-image, emotional balance, and self-acceptance, becoming instruments of empowerment and symbolic reconstruction. Modern aesthetics, by integrating science, sensitivity, and ethics, is consolidated as a field that promotes emotional health and values female individuality. It is concluded that the aesthetics professional plays a fundamental role in promoting self-esteem, contributing to the

development of a healthier, more confident, and authentic body awareness, reaffirming aesthetics as a practice of human transformation and personal identity strengthening.

Keywords: Aesthetics. Self-esteem. Well-being. Aesthetic Professional. Female Empowerment.

RESUMEN

Este artículo analizó el rol del profesional de la estética en la construcción de la autoestima femenina, considerando los aspectos psicológicos, sociales y culturales que impregnan esta relación. La investigación se desarrolló mediante una revisión bibliográfica, basada en publicaciones científicas brasileñas recientes, que resaltan la importancia de la estética como práctica de cuidado integral y promotora del bienestar. El análisis demostró que el rol del esteticista trasciende la dimensión técnica, asumiendo un carácter terapéutico y educativo, capaz de influir en la percepción del valor personal y fortalecer la autoconfianza de las mujeres. Se observó que los tratamientos estéticos, cuando se realizan de manera ética y humana, favorecen una autopercepción positiva, el equilibrio emocional y la aceptación de la propia imagen, convirtiéndose en instrumentos de empoderamiento y reconstrucción simbólica. Se constató que la estética moderna, al integrar ciencia, sensibilidad y ética, se consolida como un campo para la promoción de la salud emocional y la valoración de la individualidad femenina. Se concluye que el profesional de la estética desempeña un papel fundamental en la promoción de la autoestima, contribuyendo a la formación de una conciencia corporal más sana, segura y auténtica, y reafirmando la estética como una práctica de transformación humana y fortalecimiento de la identidad personal.

Palabras clave: Estética. Autoestima. Bienestar. Profesional de la Estética. Empoderamiento Femenino.

1 INTRODUÇÃO

A busca pela beleza e pelo equilíbrio entre corpo e mente constitui uma característica marcante da sociedade contemporânea, em que o cuidado estético transcende o campo da aparência e se transforma em um instrumento de valorização pessoal, autoconhecimento e empoderamento feminino, revelando-se um componente importante da saúde emocional e da autoestima, cuja construção passa, em grande medida, pelo olhar profissional do esteticista, que atua como mediador entre o bem-estar físico e o psicológico, orientando o indivíduo a perceber-se de forma mais positiva e confiante (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

A valorização da estética como parte integrante da qualidade de vida está relacionada a fatores sociais, culturais e psicológicos, uma vez que o corpo é, na atualidade, interpretado como meio de expressão de identidade e de pertencimento, sendo o profissional da estética o responsável por transformar desejos subjetivos em experiências tangíveis de autocuidado, o que reforça a relação direta entre os procedimentos estéticos e o fortalecimento da autoestima feminina (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

Nas últimas décadas, o campo da estética profissional consolidou-se como uma das áreas mais promissoras no cenário da saúde e do bem-estar, abrangendo práticas que vão desde os cuidados com a pele até terapias integrativas e cosméticas, o que demonstra a importância do esteticista como agente de transformação emocional, cuja atuação ultrapassa o âmbito técnico e passa a envolver acolhimento, escuta ativa e estímulo à autopercepção positiva das mulheres atendidas (Martins; Ferreira, 2020).

A relação entre estética e autoestima pode ser compreendida sob uma perspectiva psicossocial, em que o corpo deixa de ser apenas um objeto de intervenção para se tornar um território de reconstrução simbólica, onde o profissional da estética atua como facilitador desse processo, oferecendo um espaço de confiança e cuidado capaz de auxiliar na superação de inseguranças, no alívio de tensões e na reestruturação da imagem corporal feminina (Costa *et al*., 2025).

O aumento da procura por procedimentos estéticos nos últimos anos reflete o desejo das mulheres por equilíbrio entre aparência, saúde e satisfação pessoal, fenômeno intensificado pela difusão de padrões midiáticos de beleza que moldam percepções e expectativas sociais, tornando o trabalho do esteticista necessário para reverter possíveis distorções de autoimagem e promover uma visão mais autêntica e saudável do corpo (Oliveira *et al*., 2024).

A mídia exerce influência significativa na construção dos ideais estéticos, criando representações que frequentemente associam beleza à aceitação social, o que reforça a necessidade de profissionais capacitados que compreendam a estética de forma humanizada e consciente, capazes de contribuir para a desconstrução de estereótipos e para o fortalecimento da autoestima das mulheres em diferentes contextos socioculturais (Silva, 2021).

A justificativa deste estudo baseia-se na relevância social e científica de compreender como a atuação do profissional da estética contribui para o desenvolvimento da autoestima feminina, uma vez que esse campo ultrapassa a dimensão cosmética e assume um objetivo terapêutico, promovendo bem-estar emocional e inclusão social, elementos indispensáveis para a formação de uma sociedade mais equilibrada e consciente de suas diversidades (Salomão; Silva; Santos, 2021).

O objetivo do esteticista revela-se ainda mais significativo quando se considera a complexidade das experiências femininas diante dos padrões de beleza, pois a autoestima feminina, frequentemente abalada por comparações e pressões sociais, encontra na estética profissional um meio de resgate da autoconfiança e de fortalecimento da identidade pessoal, o que justifica o interesse em analisar as contribuições desse profissional sob a ótica do bem-estar e da valorização da imagem individual (Aguiar; Sousa, 2023).

Com base nessa compreensão, o presente artigo tem como objetivo geral analisar o papel do profissional da estética na construção da autoestima feminina, considerando os aspectos psicológicos, sociais e culturais que envolvem essa relação, e como objetivos específicos identificar as práticas estéticas mais associadas ao fortalecimento da autopercepção positiva, discutir a relevância da formação ética e técnica dos profissionais da área e compreender de que forma o atendimento estético pode atuar como agente de empoderamento emocional.

A importância de estudos nessa temática é reforçada pelo fato de que o mercado da estética representa, hoje, um dos segmentos que mais crescem no Brasil, em termos econômicos e como campo de produção de saúde, subjetividade e autoestima, evidenciando a necessidade de reflexão científica sobre a atuação desses profissionais, que exercem influência direta sobre a percepção de si e o bem-estar das mulheres (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

É importante compreender que o cuidado estético, quando realizado de forma ética e orientado ao respeito à individualidade, constitui um processo de escuta e acolhimento, no qual o esteticista não impõe padrões, mas ajuda a mulher a reconhecer seu valor e sua beleza singular, o que o torna um mediador de transformação emocional e um profissional de saúde integral, capaz de contribuir para a promoção da autoestima e do equilíbrio psíquico (Costa *et al*., 2025).

Assim, a presente investigação propõe refletir sobre a função social e terapêutica da estética, destacando o compromisso do profissional com o desenvolvimento humano e com a valorização da mulher em suas múltiplas expressões, contribuindo para um campo de atuação mais consciente, responsável e voltado à construção de uma autoimagem saudável e positiva, fundamentada em bem-estar e confiança pessoal.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A ESTÉTICA E SUA FUNÇÃO SOCIAL NA CONTEMPORANEIDADE

A estética, enquanto campo de conhecimento e prática profissional, ultrapassa os limites da aparência física e assume atuação relevante na construção simbólica da identidade individual e coletiva, configurando-se como instrumento de expressão pessoal, reconhecimento e inclusão social, sendo base compreender seu impacto na formação da autoestima feminina, que se sustenta em processos de aceitação e valorização do corpo e da mente em sua integralidade (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

A consolidação da estética como área científica reflete transformações culturais e psicológicas profundas, pois o cuidado estético deixou de ser entendido como superficialidade para ser reconhecido como componente do bem-estar global, capaz de influenciar o comportamento, o humor e a percepção de valor pessoal das mulheres, que encontram nesse campo um espaço de reconstrução emocional e fortalecimento de sua imagem social (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

A função social da estética está associada à promoção de um equilíbrio entre corpo e subjetividade, atuando como meio de resistência às imposições normativas de beleza, ao mesmo tempo em que resgata o direito de cada mulher de sentir-se bem consigo mesma, independentemente de padrões culturais, reforçando que a estética é uma prática de saúde e de empoderamento quando conduzida por profissionais éticos e conscientes de seu dever humano e transformador (Costa *et al*., 2025).

O profissional da estética, ao lidar diretamente com a autoimagem e as emoções de suas clientes, desempenha função educativa e social, pois contribui para que as mulheres compreendam a beleza como processo de autoconhecimento e não como mera adequação a modelos externos, o que evidencia a importância de uma atuação baseada em valores éticos, empatia e responsabilidade emocional, que fortalecem o vínculo de confiança e a sensação de bem-estar (Martins; Ferreira, 2020).

Essa perspectiva amplia a compreensão da estética como uma ferramenta social que promove autoestima, inclusão e qualidade de vida, transformando o espaço estético em ambiente de cuidado integral, onde o diálogo e a sensibilidade profissional se unem à técnica para gerar experiências de acolhimento e de autopercepção positiva, sustentadas pela valorização das singularidades e das histórias de cada mulher (Salomão; Silva; Santos, 2021).

Na sociedade atual, marcada pela exposição constante nas redes sociais e pela busca incessante de validação externa, o esteticista torna-se um agente de equilíbrio emocional, capaz de ajudar suas clientes a reinterpretarem a própria imagem de forma saudável, oferecendo suporte psicológico indireto e incentivando práticas de autocuidado que ultrapassam o espelho e alcançam o campo da autoestima e do respeito próprio (Oliveira *et al*., 2024).

Os tratamentos estéticos, quando pautados por princípios científicos e humanizados, favorecem o autoconhecimento e a segurança pessoal, influenciando positivamente o modo como as mulheres percebem seu corpo e suas potencialidades, revelando que a estética pode ser compreendida como meio de reabilitação simbólica e emocional, em que o profissional atua para restaurar a harmonia física, e a confiança e o equilíbrio interno (Aguiar; Sousa, 2023).

Além do caráter individual, a estética possui uma dimensão social e coletiva, pois colabora para a redefinição dos ideais de beleza e desafia as normas hegemônicas que restringem a diversidade corporal, o que reforça a capacidade do esteticista como educador social, comprometido com a valorização das diferenças e com a promoção de uma cultura estética inclusiva e democrática (Xavier *et al*., 2024).

O fortalecimento da estética enquanto ciência e profissão é resultado do avanço das pesquisas sobre bem-estar e psicologia positiva, que demonstram que a autoestima está intimamente ligada à forma como a pessoa se percebe e se sente cuidada, sendo o esteticista um facilitador desse processo, ao aliar conhecimento técnico, sensibilidade e capacidade de compreender o outro como sujeito de valor e de afeto (Silva, 2021).

A estética moderna assume tarefa integradora entre corpo e mente, atuando como prática terapêutica que reconhece o impacto emocional das experiências sensoriais, dos rituais de cuidado e das interações humanas, promovendo resultados visuais, e a reestruturação do autoconceito e a ampliação da autoconfiança, fatores determinantes para o desenvolvimento pessoal e social das mulheres (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

Nesse contexto, a estética se consolida como um espaço simbólico de reeducação da sensibilidade, em que o profissional atua de forma ética e empática, promovendo acolhimento e escuta ativa, o que contribui para que cada mulher perceba a beleza como extensão de sua saúde emocional, compreendendo-se de forma plena e equilibrada diante das exigências sociais contemporâneas (Costa *et al*., 2025).

Com base nessas perspectivas, a função social da estética está em oferecer mais do que procedimentos técnicos: está em criar condições para que as mulheres reconheçam seu valor, reconstruam sua autoimagem e desenvolvam uma relação de amor-próprio sustentável, transformando o cuidado estético em experiência de empoderamento, confiança e pertencimento, aspectos que consolidam a relevância do profissional da estética no fortalecimento da autoestima feminina (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

2.2 A INFLUÊNCIA DA ESTÉTICA NA AUTOESTIMA FEMININA

A autoestima feminina é um fenômeno psicossocial complexo que se forma a partir das percepções que a mulher constrói sobre si mesma, influenciada por valores culturais, experiências

pessoais e pela forma como se sente acolhida em seu corpo, sendo o cuidado estético um mediador relevante desse processo, pois possibilita a reconciliação entre a imagem idealizada e a percepção real, o que contribui para uma vivência mais equilibrada e autêntica da própria identidade (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

As práticas estéticas atuam como ferramentas de ressignificação emocional, permitindo que a mulher reconheça sua beleza de maneira consciente e não condicionada às imposições externas, de modo que cada atendimento, ao valorizar o autocuidado e a singularidade, transforma-se em experiência de autovalorização e de fortalecimento da autoconfiança, ampliando a percepção de si e a sensação de pertencimento social (Martins; Ferreira, 2020).

O impacto da estética sobre a autoestima manifesta-se na forma como os procedimentos promovem sensação de bem-estar, alívio do estresse e satisfação pessoal, uma vez que o autocuidado se associa à liberação de hormônios relacionados ao prazer e à autopercepção positiva, gerando benefícios psicológicos e emocionais que extrapolam o campo visual e contribuem para a construção de uma autoimagem mais segura (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

Diversos estudos apontam que o acompanhamento estético realizado por profissionais qualificados contribui para a redução de sentimentos de inadequação e vergonha corporal, frequentemente associados a comparações sociais e padrões midiáticos, revelando que a estética exerce contribuição restauradora na autoestima, ao oferecer suporte técnico e emocional que reforça a aceitação do próprio corpo em sua diversidade (Costa *et al*., 2025).

A autoestima feminina não se limita à satisfação com a aparência, mas envolve dimensões cognitivas e afetivas ligadas à percepção de competência, valor e respeito próprio, sendo o trabalho do esteticista vital para despertar esses sentimentos, uma vez que a escuta empática e o acolhimento profissional criam vínculos de confiança que favorecem a reconstrução da autoconfiança e o equilíbrio emocional (Oliveira *et al*., 2024).

Nesse sentido, o atendimento estético, quando conduzido com ética e sensibilidade, funciona como um espaço terapêutico, no qual a mulher se sente valorizada, compreendida e livre de julgamentos, resgatando o prazer em cuidar de si, o que reforça a importância de compreender a estética não como superficialidade, mas como prática de saúde integral e de estímulo ao amor-próprio (Aguiar; Sousa, 2023).

A influência positiva da estética sobre a autoestima torna-se mais evidente quando o profissional compreende que cada mulher carrega uma história de vida marcada por vivências únicas e, ao adaptar o atendimento às suas necessidades e expectativas, contribui para a reconstrução simbólica de sua identidade, oferecendo resultados estéticos, e experiências transformadoras que refletem no modo de ser e de se relacionar com o mundo (Salomão; Silva; Santos, 2021).

A autoestima está diretamente ligada à autoimagem e ao modo como a mulher percebe sua aparência em relação ao meio social, sendo a estética um instrumento que atua na fronteira entre o físico e o emocional, restaurando a harmonia entre o que se sente e o que se expressa, o que fortalece o sentimento de pertencimento, reconhecimento e valorização pessoal em contextos de crescente pressão estética (Xavier *et al*., 2024).

As transformações estéticas, quando orientadas por profissionais conscientes e capacitados, proporcionam à mulher uma experiência de empoderamento, permitindo que ela retome o controle sobre sua imagem e redescubra sua singularidade, afastando-se das imposições externas e desenvolvendo um olhar mais compassivo e realista sobre si mesma, o que resulta em uma autoestima mais sólida e duradoura (Silva, 2021).

O contato com o profissional da estética desperta processos de autoconhecimento e reflexão, pois a mulher passa a compreender o valor do cuidado pessoal como parte de um estilo de vida saudável, no qual o autocuidado é percebido como investimento emocional e não como obrigação social, ampliando a consciência sobre a importância de nutrir o corpo e a mente com práticas que promovam bem-estar (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

Além disso, o ambiente estético pode ser compreendido como espaço de socialização e troca simbólica, em que o diálogo e o acolhimento criam um campo de confiança que favorece a expressão de sentimentos e inseguranças, sendo o esteticista um mediador dessas emoções, capaz de transformar o atendimento em oportunidade de fortalecimento pessoal e de reestruturação da autoestima feminina (Costa *et al*., 2025).

Com base nessas evidências, torna-se evidente que a estética exerce influência significativa sobre a autoestima feminina, por meio das técnicas aplicadas, e também pela experiência humana que se estabelece no processo de cuidado, em que o profissional da estética assume o encargo de agente de transformação, ajudando cada mulher a reconhecer sua própria beleza e a desenvolver uma relação positiva e respeitosa com sua imagem e com seu corpo (Martins; Ferreira, 2020).

2.3 A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR E DA AUTOCONFIANÇA FEMININA

O profissional da estética ocupa uma responsabilidade determinante na promoção do bem-estar e da autoconfiança feminina, pois sua atuação ultrapassa a dimensão técnica e envolve compreensão psicológica, sensibilidade humana e responsabilidade social, uma vez que cada atendimento se transforma em oportunidade de reconstrução da imagem e de fortalecimento da autoestima, proporcionando à mulher a sensação de ser acolhida, valorizada e respeitada em sua individualidade (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

A prática estética, quando desenvolvida sob princípios éticos e empáticos, possibilita ao esteticista atuar como agente de transformação emocional, orientando a cliente no processo de aceitação de sua própria aparência, estimulando o autocuidado consciente e incentivando hábitos saudáveis, o que reflete diretamente na forma como a mulher se percebe e se posiciona diante da sociedade (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

A atuação do profissional de estética é fundamentada na escuta ativa e na criação de um vínculo de confiança, elementos essenciais para que o atendimento se torne uma experiência sensorial e emocional que transcende o aspecto físico, revelando que a beleza pode ser interpretada como reflexo da harmonia interior e do equilíbrio emocional, conceitos que, quando trabalhados adequadamente, promovem autoconfiança e segurança pessoal (Costa *et al*., 2025).

O esteticista desempenha tarefa educativa ao orientar suas clientes sobre a importância do autocuidado como prática de saúde e autoestima, auxiliando-as a compreender que a beleza não é uma imposição, mas uma manifestação de cuidado e respeito consigo mesma, contribuindo para que a mulher se perceba de forma mais compassiva e consciente de suas próprias características (Martins; Ferreira, 2020).

O atendimento estético realizado com profissionalismo e empatia cria um espaço de diálogo e acolhimento em que a mulher se sente livre para expressar suas insatisfações, expectativas e inseguranças, o que possibilita a construção de uma experiência terapêutica que restaura a autoconfiança e estimula o bem-estar emocional, configurando o esteticista como um mediador de processos internos e simbólicos (Salomão; Silva; Santos, 2021).

Essa relação de confiança e cuidado permite que a cliente desenvolva uma percepção mais positiva sobre si, reduzindo comparações e pensamentos autodepreciativos, já que o profissional atua com técnicas e produtos, e com acolhimento e estímulo psicológico, reforçando a ideia de que a estética pode contribuir significativamente para o fortalecimento do amor-próprio e para a manutenção do equilíbrio emocional (Oliveira *et al*., 2024).

A atuação ética e humanizada do esteticista é central para que o atendimento não se restrinja ao resultado visual, mas se converta em experiência de bem-estar global, pois o profissional capacitado compreende que a beleza é subjetiva e que cada mulher possui uma narrativa corporal única, sendo seu objetivo promover uma reconciliação entre o corpo e a mente através de práticas de cuidado e respeito (Aguiar; Sousa, 2023).

O bem-estar feminino está intimamente relacionado à percepção de valor pessoal, à autoconfiança e ao reconhecimento social, e o esteticista, ao oferecer um atendimento que prioriza o conforto, a escuta e a valorização da cliente, contribui para restaurar a confiança e o equilíbrio emocional, fatores determinantes para o fortalecimento da autoestima e da identidade pessoal (Xavier *et al*., 2024).

A estética contemporânea compreende que o ato de cuidar não se resume à aplicação de técnicas, mas envolve uma abordagem integrada, em que o toque, a atenção e o respeito são elementos terapêuticos, e o profissional atua como facilitador do processo de autoconhecimento, estimulando a mulher a reconhecer suas potencialidades e a transformar a maneira como se relaciona com seu corpo (Silva, 2021).

Ao compreender o impacto psicológico que os atendimentos estéticos exercem sobre suas clientes, o profissional da área assume um compromisso ético com a promoção da saúde emocional e da autoconfiança, desenvolvendo um trabalho que fortalece a imagem física, e a percepção interna de valor, promovendo equilíbrio, gratidão e satisfação pessoal (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

Essa atuação consciente e comprometida reforça a importância de formações contínuas e de práticas baseadas em empatia, pois o esteticista que compreende os aspectos emocionais envolvidos em sua profissão torna-se um agente de transformação social, contribuindo para uma estética mais inclusiva, humana e voltada à valorização do ser e da aparência (Costa *et al*., 2025).

Dessa forma, a atuação do profissional da estética na promoção do bem-estar e da autoconfiança feminina transcende a dimensão estética e assume uma função terapêutica e educativa, em que o cuidado se converte em instrumento de reconstrução simbólica e emocional, consolidando o encargo do esteticista como facilitador da autoestima e como promotor de equilíbrio psicológico e social (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

3 METODOLOGIA

A metodologia é o alicerce científico que sustenta a validade e a coerência de um estudo, pois define os caminhos teóricos e práticos percorridos para alcançar os objetivos propostos, permitindo que o processo de investigação se desenvolva de forma organizada e sistemática, de modo que o presente trabalho adota uma abordagem qualitativa e descritiva, voltada à análise das contribuições do profissional da estética na construção da autoestima feminina, a partir de uma perspectiva social, psicológica e emocional (Gil, 2008).

Segundo Lakatos e Marconi (2010), a metodologia representa o conjunto de procedimentos racionais que orientam o pesquisador na busca por respostas aos problemas de pesquisa, estabelecendo o percurso lógico que conecta o referencial teórico às conclusões obtidas, de modo que este estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão bibliográfica, considerando que esse tipo de investigação possibilita reunir, analisar e interpretar o conhecimento já produzido sobre o tema com base em fontes científicas relevantes.

A pesquisa bibliográfica consiste na coleta, leitura e análise de materiais teóricos, como artigos científicos, livros e publicações acadêmicas, permitindo ao pesquisador aprofundar-se no tema sem a necessidade de contato direto com o objeto empírico, sendo adequada quando o objetivo é

compreender fenômenos sob diferentes abordagens e autores, o que confere amplitude e consistência às reflexões produzidas ao longo do estudo (Lakatos; Marconi, 2010).

Para Gil (2008), a pesquisa descritiva é aquela que busca observar, registrar e analisar fatos ou fenômenos sem manipulá-los, concentrando-se em sua interpretação e em suas relações, o que justifica sua adoção neste trabalho, pois a intenção é compreender como o profissional da estética influencia a autoestima feminina, sem a necessidade de experimentação, mas por meio da análise crítica de fontes bibliográficas e de evidências já consolidadas pela literatura científica.

O estudo foi estruturado a partir da seleção criteriosa de artigos publicados em periódicos científicos brasileiros entre 2020 e 2025, que tratam da relação entre estética, autoestima e bem-estar feminino, assegurando atualidade e relevância teórica, o que reforça o caráter exploratório e analítico da pesquisa, voltado à construção de uma compreensão ampla e fundamentada sobre o tema (Gil, 2008).

De acordo com Lakatos e Marconi (2010), o processo de análise em pesquisas bibliográficas exige a identificação das convergências e divergências entre os autores consultados, permitindo a formulação de interpretações próprias, coerentes e alinhadas ao objetivo central do estudo, sendo esse método necessário para construir um panorama teórico sólido que sustente as discussões sobre o compromisso do esteticista na promoção da autoconfiança feminina.

A análise dos dados foi conduzida por meio da leitura interpretativa e comparativa das fontes selecionadas, priorizando a identificação de conceitos, fundamentos e evidências sobre os efeitos psicológicos e sociais dos cuidados estéticos, buscando compreender a atuação do profissional da estética como mediador da autoestima e do bem-estar, respeitando o rigor científico e a coerência entre o referencial teórico e os objetivos propostos (Lakatos; Marconi, 2010).

A pesquisa qualitativa foi escolhida por possibilitar a compreensão do fenômeno em profundidade, valorizando a subjetividade e o contexto social que envolvem as experiências femininas relacionadas à estética, o que contribui para a produção de um conhecimento interpretativo e sensível à realidade estudada, permitindo que a análise vá além dos números e se concentre na essência humana e emocional do tema (Gil, 2008).

A credibilidade da metodologia adotada está sustentada na confiabilidade das fontes, na clareza dos critérios de seleção e na coerência entre os objetivos e os procedimentos utilizados, de modo que o estudo se mantém fiel aos princípios científicos de imparcialidade e objetividade, ainda que reconheça o caráter subjetivo das experiências analisadas, respeitando a natureza interpretativa e reflexiva que caracteriza a pesquisa qualitativa (Lakatos; Marconi, 2010).

Dessa forma, a metodologia deste trabalho fundamenta-se na perspectiva de que compreender o exercício do profissional da estética na construção da autoestima feminina requer uma análise contextual, social e simbólica, baseada em evidências teóricas consistentes, o que justifica o uso da

pesquisa bibliográfica como meio de sintetizar o conhecimento existente e gerar novas interpretações que contribuam para o avanço das discussões acadêmicas e profissionais sobre o tema (Gil, 2008).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidencia que a estética contemporânea desempenha uma função indispensável na construção da autoestima feminina, pois as práticas estéticas transcendem a dimensão física e alcançam o campo emocional, possibilitando que a mulher perceba sua própria imagem de forma mais positiva, equilibrada e confiante, o que reforça a relevância do profissional da estética como agente de transformação e mediador de processos de autoconhecimento (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

Os resultados encontrados apontam que o contato com o esteticista gera efeitos psicológicos expressivos, principalmente quando o atendimento é pautado pela empatia e pela escuta ativa, fatores que favorecem o fortalecimento da autoconfiança e a valorização pessoal, confirmando que a estética, quando praticada de maneira humanizada, contribui significativamente para o bem-estar e para a reestruturação da autoimagem feminina (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

Estudos revelam que os procedimentos estéticos atuam como estímulos de autovalorização e de aceitação corporal, resultando em maior motivação e satisfação pessoal, além de impactarem positivamente na vida social e profissional das mulheres, o que reforça que o cuidado com a aparência não é um ato de vaidade superficial, mas uma prática de saúde emocional e de fortalecimento psicológico (Costa *et al*., 2025).

Observa-se que a autoestima feminina é fortemente influenciada pelo modo como a mulher se percebe em relação ao seu corpo, e o trabalho do esteticista atua como ferramenta de reconstrução dessa percepção, pois o atendimento promove acolhimento e valorização, permitindo que a cliente se reconheça como sujeito de beleza, de valor e de singularidade, quebrando paradigmas de inferiorização e inadequação social (Martins; Ferreira, 2020).

As pesquisas destacam que o aumento da autoestima decorrente dos cuidados estéticos está associado à sensação de pertencimento e à valorização da autoimagem, fortalecendo o vínculo entre a mulher e sua identidade corporal, o que contribui para o desenvolvimento de maior segurança emocional, autonomia e equilíbrio psicológico, resultados diretamente associados à atuação do profissional da estética (Salomão; Silva; Santos, 2021).

Os achados teóricos também indicam que o esteticista, ao compreender o impacto emocional de suas práticas, contribui para a ressignificação da beleza, deslocando o foco da aparência ideal para a percepção do bem-estar individual, o que torna sua atuação uma forma de cuidado integral e de valorização humana, reforçando o poder da estética como promotora de saúde mental e social (Oliveira *et al*., 2024).

As evidências mostram que, ao receber um atendimento ético e acolhedor, as mulheres relatam maior autoconfiança, melhor disposição para atividades diárias e aumento da satisfação com a própria aparência, indicando que o esteticista exerce influência direta sobre o humor e sobre a qualidade de vida, tornando-se peça-chave no processo de empoderamento e reconstrução emocional (Aguiar; Sousa, 2023).

A literatura demonstra que o esteticista, ao compreender a individualidade de cada cliente, cria experiências personalizadas que valorizam o resultado técnico e a emoção envolvida no processo, o que fortalece a percepção positiva do corpo e estimula sentimentos de gratidão e autocompaixão, contribuindo para uma relação mais harmônica e saudável com a própria imagem (Xavier *et al*., 2024).

O campo da estética revela-se, portanto, um espaço de transformação simbólica, onde o cuidado físico se alia ao cuidado emocional, oferecendo à mulher a possibilidade de reconstruir sua autoestima a partir de práticas de autoconhecimento e de aceitação, e o profissional, ao compreender essa dimensão, consolida sua função social como promotor de bem-estar e equilíbrio psíquico (Silva, 2021).

Os resultados comparativos entre os estudos analisados mostram convergência na ideia de que a estética é instrumento de empoderamento feminino, capaz de proporcionar sentido, prazer e valorização pessoal, sendo o profissional da área um facilitador de mudanças internas, cuja atuação ética e sensível contribui para o desenvolvimento de uma autoestima mais sólida e duradoura (Souza; Pires; Gouveia, 2024).

A discussão dos dados reforça que a estética não deve ser interpretada como sinônimo de futilidade, mas como manifestação de cuidado e reconhecimento, em que o profissional como educador e agente social, despertando na mulher o desejo de cuidar de si de maneira consciente e amorosa, o que promove a construção de um conceito de beleza pautado na autenticidade e na saúde emocional (Costa *et al*., 2025).

Assim, os resultados obtidos permitem concluir que a atuação do profissional da estética influencia diretamente na formação da autoestima feminina, não só pelo aprimoramento da aparência, mas pelo desenvolvimento de sentimentos de autoconfiança, aceitação e satisfação, demonstrando que a estética, enquanto ciência e prática humanizada, desempenha competência determinante na promoção do bem-estar e na valorização da mulher em sua totalidade (Albuquerque; Silva; Teixeira, 2022).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada ao longo deste estudo permitiu compreender a relevância do profissional da estética como agente de transformação social e emocional, capaz de promover bem-estar, autoconfiança e valorização pessoal por meio de práticas que integram técnica, sensibilidade e empatia,

demonstrando que o cuidado estético ultrapassa a dimensão da aparência e se estabelece como instrumento de fortalecimento da autoestima feminina e de equilíbrio psíquico.

A investigação evidenciou que a estética é uma ciência voltada à saúde integral, cuja atuação envolve dimensões físicas, psicológicas e simbólicas, refletindo o modo como a mulher se relaciona consigo mesma e com o mundo, e que o esteticista, ao compreender essa complexidade, torna-se facilitador de processos de autoconhecimento e aceitação, contribuindo para o desenvolvimento de uma identidade corporal mais autêntica e saudável.

Verificou-se que o ambiente estético constitui um espaço de acolhimento e reconstrução emocional, em que a mulher encontra suporte para expressar suas inseguranças e ressignificar sua autoimagem, vivenciando o cuidado como experiência de empoderamento, o que reforça a importância de profissionais comprometidos com valores éticos, sensibilidade humana e formação contínua.

Os resultados obtidos revelam que o fortalecimento da autoestima feminina está diretamente associado ao modo como o esteticista conduz o atendimento, pois a postura empática, o respeito e a escuta ativa são fatores determinantes para o surgimento de sentimentos de segurança e satisfação pessoal, transformando o ato de cuidar em um gesto terapêutico que promove confiança, equilíbrio e bem-estar.

Com base na reflexão proposta, é possível afirmar que o profissional da estética exerce uma função social de extrema relevância, uma vez que sua atuação contribui para a promoção da saúde emocional e para o resgate do amor-próprio, aspectos indispensáveis à construção de uma vida mais harmoniosa e significativa, pautada na valorização da individualidade e na superação de padrões limitantes de beleza.

A estética, enquanto prática humanizada, reafirma o poder do cuidado como linguagem de autoconhecimento, e o esteticista, ao compreender a dimensão simbólica de seu trabalho, assume o compromisso de transformar cada atendimento em oportunidade de crescimento emocional, fortalecendo vínculos de confiança e promovendo uma nova percepção sobre o corpo, a identidade e a feminilidade.

Esse processo de transformação pessoal e social destaca a necessidade de que a profissão seja cada vez mais reconhecida como parte integrante das ciências da saúde e do bem-estar, pois a estética não se resume ao aprimoramento físico, mas à construção de um equilíbrio interno que reflete na autoestima, na convivência social e na qualidade de vida das mulheres atendidas.

Conclui-se, portanto, que o papel do profissional da estética na construção da autoestima feminina é chave para o desenvolvimento emocional e social, pois ao unir técnica, ética e empatia, ele promove não necessariamente a beleza exterior, mas o florescimento da autoconfiança, da aceitação e do amor-próprio, consolidando a estética como prática de cuidado integral e de transformação humana.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Karoline Giele Martins de; SOUSA, Josiane Araújo de. *Cirurgia plástica estética em mulheres e autoestima: um estudo qualitativo. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, v. 12, e5277, 18 dez. 2023.

ALBUQUERQUE, Karla Larissa Chaves de; SILVA, Lindiele Batista da; TEIXEIRA, Heurisongley Sousa. *Autoestima e qualidade de vida: uma relação com a estética. Research, Society and Development*, v. 11, n. 16, e496111638541, p. 1–10, 16 dez. 2022.

COSTA, Luan Brenner da *et al*. Estética, bem-estar e autoestima: a influência dos procedimentos estéticos na qualidade de vida. Revista Colombiana de Ciências e Humanidades (REHCOL), v. 2, n. 2, p. 17–29, 8 jun. 2025.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. Fundamentos de metodologia científica. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MARTINS, Aline; FERREIRA, Bruna. A importância dos procedimentos estéticos na autoestima da mulher. Revista Interdisciplinar de Desenvolvimento e Pesquisa Aplicada, 2020.

OLIVEIRA, L. C. *et al*. A influência da mídia nos padrões de beleza e seu impacto na autoestima das mulheres. Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da FAIT, Itapeva: Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva (FAIT), v. 1, n. 1, p. 1–12, out. 2024.

SALOMÃO, Any Caroline de Morais; SILVA, Lorena Lanusse de Oliveira; SANTOS, Jeane Rocha. Benefícios dos procedimentos estéticos na melhora da autoestima. Research, Society and Development, v. 10, n. 16, e590101624308, p. 1–9, dez. 2021.

SILVA, Brendha Kelly da. Impactos na autoestima feminina: representações midiáticas da feminilidade. Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, 2023.

SOUZA, N. C. F.; PIRES, G. M.; GOUVEIA, C. A. *A relação da estética com a autoestima da mulher brasileira: uma análise do conflito interno. The relationship of the aesthetics with the self-esteem of Brazilian women: an analysis of internal conflict.* Bragança Paulista: Universidade São Francisco (USF), 2024.

XAVIER, Nayara Moema de Jesus; PEREIRA, Bruna Karollina de Jesus; OLIVEIRA, Roberta Louise Silva de; SANTOS, Phillippe Braga. *Impacto dos procedimentos biomédicos estéticos na autoestima e qualidade de vida. Revista DELOS*, Curitiba, v. 17, n. 60, p. 1–16, 2024.