

Imagem Pessoal e Saúde

# Imagem Pessoal e Saúde

Heloísa Maria Elaine Licha Coutinho

#### © 2018 por Editora e Distribuidora Educacional S.A.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida ou transmitida de qualquer modo ou por qualquer outro meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer outro tipo de sistema de armazenamento e transmissão de informação, sem prévia autorização, por escrito, da Editora e Distribuidora Educacional S.A.

#### Presidente

Rodrigo Galindo

#### Vice-Presidente Acadêmico de Graduação e de Educação Básica

Mário Ghio Júnior

#### Conselho Acadêmico

Ana Lucia Jankovic Barduchi Camila Cardoso Rotella Danielly Nunes Andrade Noé Grasiele Aparecida Lourenço Isabel Cristina Chagas Barbin Lidiane Cristina Vivaldini Olo Thatiane Cristina dos Santos de Carvalho Ribeiro

#### Revisão Técnica

Simone Nunes Pinto

#### Editorial

Camila Cardoso Rotella (Diretora) Lidiane Cristina Vivaldini Olo (Gerente) Elmir Carvalho da Silva (Coordenador) Leticia Bento Pieroni (Coordenadora) Renata Jéssica Galdino (Coordenadora)

#### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Coutinho, Heloísa Maria Elaine Licha
C871i Imagem pessoal e saúde / Heloísa Maria Elaine Licha
Coutinho. – Londrina : Editora e Distribuidora Educacional
S.A., 2018.
200 p.

ISBN 978-85-522-1139-6

1. Beleza. 2. Bem-estar. Saúde. I. Coutinho, Heloísa Maria Elaine Licha. II. Título.

CDD 610

Thamiris Mantovani CRB-8/9491

# Sumário

Unidade 1   Alterações temporárias e permanentes que interferem na	
imagem pessoal	7
Seção 1.1 - As interferências decorrentes de patologias e a	
imagem pessoal	9
Seção 1.2 - Alterações e disfunções que alteram a	
imagem pessoal	25
Seção 1.3 - Imagem pessoal e os protocolos, tratamentos e	
práticas nas alterações corporais	40
Unidade 2   Efeitos emocionais na imagem pessoal	55
Seção 2.1 - As influências emocionais que interferem na	
imagem pessoal	56
Seção 2.2 - Senso de identidade, autoimagem e questões	
psicológicas no contexto da imagem pessoal	66
Seção 2.3 - A construção da imagem pessoal de acordo com os	
diferentes tipos físicos	76
Unidade 3   Recursos de construção e elaboração da imagem pessoal	97
Seção 3.1 - Elaborando a imagem pessoal de acordo com as	
características individuais	98
Seção 3.2 - Alterações que acometem mãos e pés e seus	
devidos cuidados	110
Seção 3.3 - Contaminações que podem ocorrer em centros	
de beleza	126
Unidade 4   Recursos de construção e elaboração da imagem	
pessoal – II	141
Seção 4.1 - Bronzeamento natural e artificial e seus benefícios	
e malefícios	142
Seção 4.2 - O estudo da pele e as técnicas de epilação	
e depilação	159
Seção 4.3 - Recursos que colaboram para a construção da	
imagem pessoal em pessoas acometidas por câncer	176

# Palavras do autor

Caro aluno, a área da estética e cosmética se encontra em uma constante evolução na qual o profissional não está voltado apenas para o tratamento das disfunções estéticas, mas também na investigação da origem destas, nas alterações fisiológicas e das doenças que comprometem a imagem pessoal.

Dentro desse contexto, surge a disciplina de Imagem Pessoal e Saúde, esta tem por objetivo inserir o profissional na área da saúde, uma vez que cabe a vocês o conhecimento e a utilização das tecnologias da área da estética e da beleza com o intuito de promover bem-estar e qualidade de vida.

Diversas patologias, como o câncer de mama e de pele, por exemplo, impactam de maneira direta na saúde e na imagem pessoal. O câncer de mama é considerado, nos dias de hoje, a neoplasia maligna mais frequente no sexo feminino seguido pelo câncer de pele. Apesar da população estar atenta ao diagnóstico precoce, o índice de mortalidade segue em dados alarmantes. Esta doença afeta a imagem pessoal e a sexualidade feminina, além de apresentar elevado impacto social e econômico.

Dentro desse raciocínio, podemos exemplificar também as alterações que comprometem o bom funcionamento da tireoide que agem diretamente na autoestima dos indivíduos principalmente o sexo feminino. Essa importante glândula é responsável por gerenciar e regular diversos processos metabólicos do corpo e, quandoapresenta alguma disfunção, uma dasalterações é o ganho excessivo de peso e, com isso, das alterações como o fibbroedema gelóide e da lipodistrofia localizada.

Essas doenças elencadas são apenas exemplos que comprometem de maneira significativa a imagem pessoal dos indivíduos.

Trabalhar com estética e cosmética é tratar o indivíduo como um todo pensando nos aspectos físicos, nas alterações estéticas, na saúde, trabalhando corpo, mente e espírito uma vez que as emoções também refletem na saúde e na imagem pessoal.

Dessa forma, a cada unidade, você vai se preparar,a partir da teoria aliada à prática, para desenvolver e aplicar procedimentos estéticos e cosméticos com o objetivo de promover a saúde e o bem-estar, e a melhora da imagem pessoal.

Cada técnica desenvolvida, a cada cosmético utilizado, será um convite ao aprofundamento dos conhecimentos dessa área tão encantadora que é Estética e Cosmética.

Vamos comigo conhecer e embarcar nesse universo?

# Alterações temporárias e permanentes que interferem na imagem pessoal

#### Convite ao estudo

Caro aluno, vamos começar a nos familiarizar com as interferências decorrentes de patologias e a imagem pessoal. Para estarmos seguros em relação a uma prática em pacientes que tiveram alguma patologia, precisamos compreender a definição da patologia (no caso, o câncer de mama), como é a anatomia das mamas, as manifestações clínicas do câncer, assim como os possíveis tratamentos. Será que o atendimento a um cliente que já passou por um tratamento de câncer de mama é igual ao de um que não passou por essa situação?

Ainda nesta unidade, vamos discutir a questão da anatomia das mamas, reconhecendo as estruturas presentes nesse tecido, identificando onde ocorre o aparecimento de nódulos e desse modo conhecer a diferença dos tratamentos existentes.

Você receberá todo o conhecimento teórico-prático para solucionar essas questões. Temos por finalidade fazer com que você esteja realmente capacitado em seu propósito. Existe uma grande ansiedade, que é natural do ser humano quando pensa no primeiro momento em que estará diante do cliente, mas mantenha-se calmo, pois este livro preparará você para esse grande desafio e você se sentirá tranquilo, calmo e seguro. Para auxiliar sua compreensão de todos os conteúdos abordados, criamos uma situação hipotética norteadora:a jovem, Maria Amélia, é bem-sucedida e pontua a beleza externa como uma das suas maiores qualidades. Ao retornar

de uma viagem de férias, realizou o autoexame das mamas e percebeu um nódulo em sua mama direita. Após diversos exames, foi diagnosticada com câncer de mama, sendo necessária uma mastectomia total da mama e quimioterapia. A mutilação do órgão e a perda dos cabelos resultantes da quimioterapia desencadeou uma profunda depressão, uma vez que a autoestima estava cada vez mais baixa.

A cada seção, você auxiliará Maria Amélia a entender os desafios que vão surgir na caminhada em busca de conhecimento, tudo sempre relacionado com seu aprendizado. Ao longo desta disciplina, você descobrirá o verdadeiro universo de conhecimento que existe por detrás das interferências decorrentes de patologias e a Imagem Pessoal. Seja bem-vindo!

# Seção 1.1

# As interferências decorrentes de patologias e a imagem pessoal

# Diálogo aberto

O câncer de mama que acometeu Maria Amélia ocorre quando as células são incapazes de exercer sua atividade de regulação celular, proliferação, diferenciação e morte de forma normal. Sendo uma doença que atinge um número elevado de mulheres no mundo todo, a melhor forma de se evitar ainda é o autoexame das mamas. Essa patologia não distingue raça, idade e classe social, sua incidência é elevada e se não tratada de forma prévia leva a morte do paciente. Para auxiliar Maria Amélia e outras clientes você deve compreender a definição do câncer de mama, as classificações tumorais e possíveis tratamentos. Após a leitura da seção não pode faltar, responda: de que maneira você, como profissional da área da Estética, pode auxiliar a Maria Amélia a recuperar sua autoestima? Quais os procedimentos permitidos e de que forma os mesmos podem ser utilizados?

# Não pode faltar

Vamos conhecer sobre o câncer de mama e sua relação com a saúde em geral?

# Definição

O câncer ocorre quando as células são incapazes de exercer a sua atividade de regulação celular, proliferação e diferenciação de forma normal sendo decorrente de alterações genéticas e ambientais e que culminam em uma transformação maligna.

É atualmente a neoplasia maligna mais frequente entre as mulheres com altos índices de incidência e mortalidade. No Brasil, a taxa é elevada, em 2013, foram 14.388 mortes e crescente em grande parte dos estados porque, infelizmente, e apesar do apelo da mídia e dos agentes de saúde, a doença ainda continua sendo diagnosticada em estados avançados nos quais o prognóstico não se torna favorável e o tratamento é mutilante e agressivo.

O câncer de mama atinge principalmente o público feminino com idades entre 45 e 55 anos sendo mais comum na raça branca e nos países industrializados e apesar de encontrado no público masculino é raro.

Quadro 1.1 | Risco de desenvolvimento do câncer de mama

Genéticos Hereditários

Sexo feminino, etnia

Idade acima de 65 anos

Antecedente pessoal de câncer de mama

Alta densidade mamária

Fonte: adaptado de Marx e Figueira (2015).

O processo de desenvolvimento do tumor (carginogênse mamária) é um processo extremamente complexo, sendo dividido em três fases: iniciação, promoção e progressão.

Na fase da iniciação, uma célula normal transforma-se em maligna onde os mecanismos genéticos podem estar envolvidos.

A influência genética é responsável por cerca de 10% dos casos. As alterações genéticas não são herdadas, mas adquiridas ao longo da vida.

Outro fator a ser considerado seria a exposição a agentes ambientais, químicos, hormonais, radioativos e virais.

Na fase da promoção do desenvolvimento do câncer, os esteroides sexuais podem estar associados sendo considerados os maiores promotores, a menarca precoce, menoupausa tardia e primeira gestação tardia.

Na fase da progressão, o carcinoma consolidado rompe a membrana basal e invade os vasos linfáticos e sanguíneos, podendo, desta maneira, atingir tecidos mais distantes conhecidos como metástase, sendo que os principais sítios para a proliferação deste são os ossos, fígado e cérebro.

#### Anatomia das mamas

As mudanças nas mamas ocorrem durante todo o processo de desenvolvimento embrionário e persistem durante toda a vida, de forma positiva ou negativa, e no período gestacional essas alterações são mais evidentes desde a quinta semana do desenvolvimento fetal.

Desde o nascimento, as mamas submetem-se a um crescimento amplo e regulado pelos hormônios.

O desenvolvimento máximo da mama é alcançado em torno de 20 anos de idade, e mudanças atróficas iniciam-se na quinta década de vida. Nos homens, ocorre um mínimo desenvolvimento e as mamas permanecem mais rudimentares.

De formato variado, as mamas são consideradas anexos cutâneos que estão localizadas na parede anterior do tórax. O peso mamário é bastante variável e, de acordo com as fases da mulher em lactantes, por exemplo, pode chegar a 900 gramas. É dividida em quatro quadrantes mais a região retro areolar e são compostas por três importantes estruturas: a pele, o tecido sub-cutâneo e o tecido mamário

A glândula mamária é formada por ductos, lobos e lóbulos entremeados por tecido conjuntivo, adiposo, nervos, vasos linfáticos e sanguíneos.

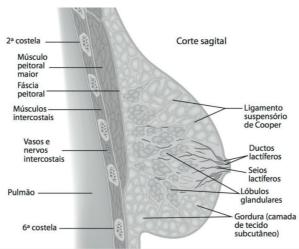


Figura 1.1 | Anatomia das mamas

Fonte: Marx e Figueira (2015, p. 44).

## Manifestações clínicas

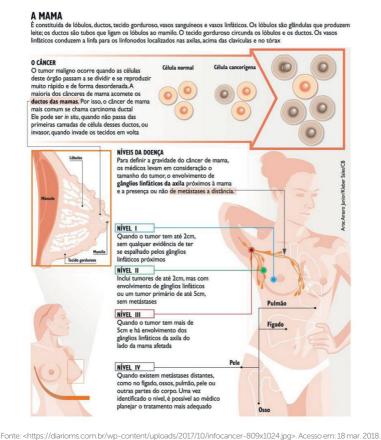
Apresenta-se por meio de nódulos de consistência endurecida sendo indolor, pouco móvel e irregular e com maior incidência no quadrante súperolateral.

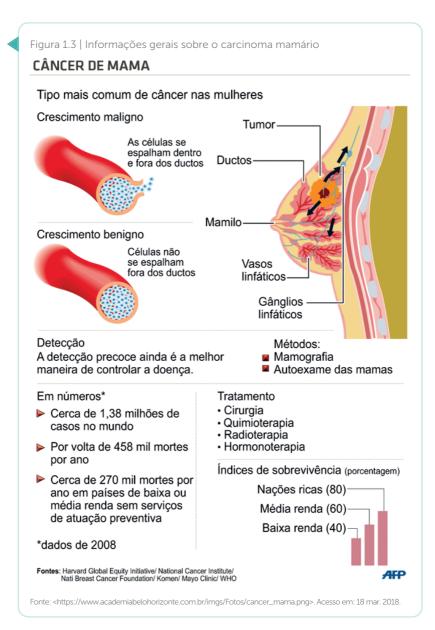
Em apenas 0,02% os casos de dores são relatados como sintoma isolado.



As imagens exemplificam a diferença de níveis do carcinoma mamário, assim como a detecção, os tratamentos, os números de prevalência e os índices de sobrevivência da doença.

Figura 1.2 | Níveis do carcinoma mamário





## Exame clínico e diagnóstico

O diagnóstico pode ser observado a partir do exame clínico das mamas por meio de exame cuidadoso, a mamografia é o único método comprovado para o rastreamento do câncer de mama, pois reduz a mortalidade em até 30%.

A ultrassonografia das mamas também é um método utilizado e mais confortável, no entanto, de menor valor preditivo que a mamografia que é o método padronizado para o diagnóstico e rastreamento do câncer de mama.

A mamografia é eleita pela comunidade científica um exame técnico de excelência, no entanto, a margem de falso-negativos pode chegar em média a 15% dos exames principalmente em mulheres que apresentam mamas densas.

Outro método utilizado é a PAAF (punção aspirativa por agulha fina), de baixo custo, é realizada algumas vezes para o fechamento do diagnóstico, no entanto, sua desvantagem reside no fato de não ser possível avaliar a invasão e o grau histológico do tumor.

### Classificação e tipos histológicos

Os tumores de mama mais comuns são o carcinoma ductal e o lobular infiltrante, e os tubulares, papilares, mucinosos e medulares verdadeiros são mais raros.

Na classificação, são considerados também os dados clínicos e anatomopatológicos, a classificação molecular é de grande importância.

Histologicamente, os tumores mamários são classificados em:

**Luminal A**: de baixo índice de proliferação, este tipo de tumor apresenta expressão positiva dos receptores de estrogênio e progesterona, apresentando o melhor prognóstico.

**Luminal B**: apresenta alto índice de proliferação, com positividade dos receptores hormonais.

**HER2**: estes são considerados os tumores mais agressivos independentemente do tamanho.

**Basal**: expressão ausente dos receptores hormonais, geralmente são de alto grau e de alta taxa de proliferação. São considerados mau prognóstico.

Os receptores hormonais são importantes fatores prognósticos e preditivos. A positividade desses receptores indica melhor prognóstico.

# Tratamentos cirúrgicos

Os tratamentos cirúrgicos representam a base terapêutica para a grande maioria dos cânceres de mama. Para os casos em que a doença está avançada ou com tumores de maior agressividade, o tratamento cirúrgico deve ser precedido por terapias sistêmicas como a quimioterapia.

Historicamente, as primeiras referências de cirurgia para o tratamento de câncer foram descritas em citações egípcias no ano de 2500 a.C.

Outra referência histórica acontece na Grécia com Hipócrates e Galeno que observaram resultados insatisfatórios na cirurgia para a retirada dos tumores.

O tratamento cirúrgico dentro de um contexto mais atualizado teve como base os estudos do médico alemão, Rudolf Virchow, o qual postulou a origem epitelial da neoplasia e o posterior envolvimento dos planos fasciais e dos ductos linfáticos.

No Século XX, médicos holandeses e uruguaios descreveram os resultados satisfatórios na preservação do músculo peitoral durante a cirurgia, esta recebeu o nome de "mastectomia radical modificada" apresentando melhores resultados estéticos.

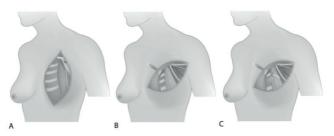
Por fim, já no Século XXI, observou-se a consolidação da cirurgia conservadora da mama.

# Tipos de cirurgia

#### Mastectomia

Consiste na retirada do parênquima mamário cuja indicação é voltada para o tratamento da neoplasia mamária. Nessa cirurgia, a localização tumoral determina o tipo de excisão cutânea a ser realizada.

Figura 1.4 | Incisões na mamografia A – mastectomia, B e C- Quadrantectomia



Fonte: Marx (2015, p. 79).

### Cirurgia conservadora da mama

A consolidação das técnicas cirúrgicas de conservação mamária ocorreu após a observação de resultados favoráveis em diversos estudos randomizados conduzidos em diferentes grupos populacionais.

Apesar das controvérsias envolvendo a nomenclatura dessas técnicas cirúrgicas, como "quadrantectomia", "setorectomia" e "ressecção segmentar da mama", observa-se que compartilham o mesmo princípio de cirurgia conservadora que teve resultados significativos não apresentando diferença de sobrevida entre as pacientes submetidas à mastectomia total ou à quadrantectomia.

É importante, entre as mulheres submetidas à quadrantectomia, a utilização da radioterapia como tratamento coadjuvante.

## Reconstrução mamária

Independentemente do tipo de cirurgia realizada, o tratamento do câncer reflete em diferentes graus de assimetria e de distorção do formato habitual das mamas, e estes provocam percepções negativas no pós-operatório repercutindo na qualidade de vida e na imagem pessoal das mulheres. Dessa forma, após a mastectomia, médico e paciente devem discutir sobre a possibilidade da reconstrução mamária imediata ou tardia respeitando sempre os critérios patológicos.

#### Tratamento sistêmico do câncer de mama localizado

O tratamento do câncer de mama consiste em duas estratégias, o tratamento clínico que é realizado após a cirurgia, chamado tratamento adjuvante, e o tratamento clínico realizado antes da cirurgia definitiva, chamado tratamento neoadjuvante.

# Tratamento adjuvante

No tratamento sistêmico adjuvante do câncer de mama, é utilizada a hormonoterapia, a quimioterapia e a terapia biológica. Esses tratamentos podem ser utilizados de forma isolada ou em combinação, de acordo com as características biológicas da neoplasia e do risco de recidiva da doença.

### Hormonoterapia

A hormonoterapia continua sendo um dos pilares do tratamento do câncer de mama.

As drogas utilizadas na hormonoterapia são os moduladores do receptor do estrogênio, como o tamoxifeno, e os inibidores da aromatase, que bloqueiam perifericamente a conversão de androgênios a estrogênios. A terapia hormonal adjuvante deve ser iniciada 4 a 6 semanas após a cirurgia.

## Quimioterapia

O objetivo do uso da quimioterapia é a redução das recidivas e o aumento da chance de cura.

A decisão da utilização da quimioterapia adjuvante leva em consideração diversos fatores do tumor, sua apresentação, características biológicas, assim como características da paciente, como idade e comorbidades. O início do tratamento é indicado na quarta à sexta semana após a cirurgia.

### Radioterapia

A radioterapia consiste no uso da radiação ionizante para realização de tratamentos médicos. Trata-se do uso clínico da radiação. Atualmente, em conjunto com a cirurgia e a quimioterapia, tem papel fundamental no tratamento multidisciplinar das neoplasias.

Consiste em uma terapia menos invasiva com a preservação das mamas, no entanto, pode provocar algumas reações sistêmicas.

A finalidade principal da radioterapia é a diminuição da recidiva local sendo uma estratégia terapêutica complementar ao ato operatório.



Vamos compreender um pouco melhor sobre o objetivo e a ação da radioterapia no tratamento do câncer. A radioterapia tem como objetivo bombardear a região acometida pelo tumor, abrangendo também a região ao redor dessas células malignas com a intenção de proporcionar uma área segura e tendo convicção que não há ramificações. É aplicada no paciente uma dose de radiação ionizante

pré-calculada, com a finalidade de destruir as células tumorais, buscando preservar as células integras que estão ao redor do tumor.

O uso da radioterapia pode ser empregado quando o tamanho do tumor é excessivo e não pode ser realizado um procedimento cirúrgico, realizado previamente como forma de tratamento até que se obtenha a diminuição da massa tumoral e possa ser realizada uma cirurgia. A radioterapia também é utilizada após uma cirurgia conservadora, na qual se irradia toda a região da mama, independentemente do tipo histológico do tecido, a idade do paciente, se será realizada quimioterapia e/ou hormonioterapia e até mesmo com margens cirúrgicas livres de comprometimento neoplásico. Outro uso da radioterapia se dá nos casos em que não há cura do câncer, dessa maneira, utiliza-se da radioterapia para proporcionar uma melhora na qualidade de vida do paciente, possibilitando um alivio da dor.

### Oncoplastia

A oncoplástica é uma associação de técnicas de cirurgia plástica ao tratamento de patologias mamárias e do câncer.

Uma reconstrução pode ser feita tanto no momento de uma mastectomia como no momento de uma segmentectomia ou depois do tratamento adjuvante, mas, na maioria das vezes, é realizada no momento da cirurgia.

Para uma correta indicação de reconstrução mamária, sempre deve ser incluída a história clínica, o exame físico, o diagnóstico de imagem e o diagnóstica.



Reflita

A área de Estética e Cosmética é apaixonante e cresce a cada dia. Pensar que há 15 anos a nossa profissão estava restrita às técnicas manuais e à aplicação de produtos na face como forma de manter a beleza.

Nos dias de hoje, com o avanço da nossa profissão, aliada à tecnologia avançada, nosso espaço vem crescendo, uma vez que a cada técnica empregada existe a necessidade de um estudo de toda a fisiologia corporal frente às respostas que o nosso corpo vai desenvolver perante a técnica aplicada. Trabalhar com estética e cosmética é estar inserido

em um mundo de conhecimentos, é associar as técnicas da beleza e do visagismo à qualidade de vida, e à saúde.

Em sua opinião, por que o profissional de estética deve entender de toda a parte fisiológica do corpo? Por que precisamos atrelar a qualidade de vida, a imagem pessoal à saúde? Qual é a relevância disso ao paciente?



Indicamos a leitura desse artigo científico, no qual você encontrará informações sobre o impacto da reconstrução mamária na qualidade de vida das pessoas. <a href="http://www.scielo.br/pdf/rbcp/v28n1/17.pdf">http://www.scielo.br/pdf/rbcp/v28n1/17.pdf</a>. Acesso em: 18 mar. 2018.

É muito importante a atuação multidisciplinar do tecnólogo em estética e cosmética. Dessa forma, sugiro a leitura abaixo artigos sobre o conteúdo abordado que complementará nossos estudos.

Nesse link, você encontrará informações direcionadas à autoestima após o tratamento de câncer.

<a href="http://observatorio3setor.org.br/carrossel/cancer-de-mama-autoestima-depois-da-mastectomia/">http://observatorio3setor.org.br/carrossel/cancer-de-mama-autoestima-depois-da-mastectomia/</a>. Acesso em: 19 mar. 2018.

Assista ao vídeo sobre as alterações da pele no câncer:

<a href="https://www.vencerocancer.org.br/dia-a-dia-do-paciente/estetica/complicacoes-na-pele/">https://www.vencerocancer.org.br/dia-a-dia-do-paciente/estetica/complicacoes-na-pele/</a>. Acesso em: 18 mar. 2018.

# O papel do tecnólogo em Estética

Enfrentar o diagnóstico de câncer de mama para as mulheres não é uma missão fácil, uma vez que as agressões que o corpo sofre é exaustiva.

A mudança da imagem corporal reflete de maneira significativa na autoestima e na qualidade de vida, a mulher se sente insegura com a doença e com as marcas que esta pode ocasionar. Neste momento, as características físicas deixadas tantas vezes de lado se tornam vigorantes já que sentem as mesmas ameaçadas. Durante o processo do tratamento, as características físicas sofrem alterações como perda dos cabelos, alterações da coloração e da qualidade da pele.

O tecnólogo em estética e cosmética pode auxiliar desde o início pensando no resgate da autoestima e da qualidade de vida.

O psicológico influencia de maneira significativa e muitas vezes colabora com o aumento da dor, do desconforto físico e mental.

Trabalhar a autoestima das pacientes refletem em um tratamento mais seguro e eficaz.

A quimioterapia e a radioterapia podem alterar a qualidade da pele das pacientes, que podem apresentar descamação da pele sendo nesses casos recomendando produtos hidratantes e sabonetes líquidos, uma vez que o uso de sabonetes em barra favorece ressecamento da pele.

A indicação de filtros solares é indispensável, estes devem ser à base de dióxido de titânio ou óxido de zinco para que não sensibilizem a pele.

A queda dos cabelos, cílios e sobrancelhas, efeito colateral da quimioterapia é uma alteração frequente e de grande queixa já que os cabelos fazem parte da beleza feminina, fazer orientações com as técnicas do visagismo valorizando os traços femininos com o uso de acessórios, perucas e apliques.

A proximidade do tecnólogo em estética e cosmética é visual e intensa, nesse momento, faz com que o paciente se sinta confortável, aproveite e estimule a criatividade através do visagismo, das cores

A maquiagem também é um recurso altamente benéfico, trabalhar com maquiagem mineral mais aderentes aos pelos, deixar a pele com uma qualidade mais bonita com aspecto mais saudável influencia de maneira significativa no resgate da autoestima.

# Sem medo de errar

Depois da leitura do texto, tenho certeza de que você consegue contribuir para o auxílio da Maria Amélia. Você pode opinar, pois Maria Amélia pede sua ajuda. Vamos rever as

questões: de que maneira você, como profissional da área de Estética pode auxiliar a Maria Amélia a recuperar sua autoestima? Quais os procedimentos permitidos e de que forma os mesmos podem ser utilizados?

Primeiramente, você compreendeu que o câncer ocorre quando as células são incapazes de exercer a sua atividade de regulação celular, proliferação e diferenciação de forma normal sendo decorrente de alterações genéticas e ambientais e que culminam em uma transformação maligna. O câncer de mama atinge principalmente o público feminino com idades entre 45 e 55 anos sendo mais comum na raça branca e nos países industrializados e, apesar de encontrado no público masculino, é raro. É atualmente a neoplasia maligna mais frequente entre as mulheres com altos índices de incidência e mortalidade.

Aprendeu ainda que, para recuperar a autoestima Maria Amélia, deve fazer o tratamento do câncer de mama que consiste em duas estratégias possíveis, o tratamento clínico que é realizado após a cirurgia, chamado tratamento adjuvante, e o tratamento clínico realizado antes da cirurgia definitiva, chamado tratamento neoadjuvante.

Compreendendo, assim, que alguns procedimentos estéticos aplicados em Maria Amélia devem ser baseados no tratamento e podem auxiliar desde o início, pensando no resgate da autoestima e da gualidade de vida. Trabalhando a autoestima das pacientes, refletem em um tratamento mais seguro e eficaz. A maquiagem também é um recurso altamente benéfico, trabalhar com maguiagem mineral mais aderentes aos pelos, deixar a pele com uma qualidade mais bonita com aspecto mais saudável influencia de maneira significativa no resgate da autoestima. Você, como profissional de estética, pode auxiliar Maria Amélia, uma vez que alguns procedimentos estéticos levam à melhora da autoestima do paciente, fazendo com que o mesmo até responda melhor aos tratamentos quimioterápicos, visto que esses tratamentos devastam além do organismo o psicológico do indivíduo. Em vista disso, temos o artifício das técnicas de visagismo que visam auxiliar no caso da queda de cabelos, pelos e sobrancelhas.

# Avançando na prática

# Conduta do tecnólogo em Estética e Cosmética frente a um atendimento de paciente mastectomizado

### Descrição da situação-problema

Você, aluno do curso superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, recebe em sua clínica uma jovem de 18 anos, modelo fotográfica que foi diagnosticada com câncer de mama e sofrerá por uma intervenção cirúrgica daqui a 10 dias. Qual será a sua conduta perante o caso exposto? De que forma você agirá com essa paciente?

### Resolução da situação-problema

O tecnólogo em estética e cosmética pode auxiliar desde o início, pensando no resgate da autoestima e da qualidade de vida. Trabalhando a autoestima da paciente, o que refletirá em um tratamento mais seguro e eficaz. Assim, deve realizar orientações com as técnicas do visagismo valorizando os tracos femininos com o uso de acessórios, perucas e apliques; indicar filtros solares, que são indispensáveis, mas que devem ser à base de dióxido de titânio ou óxido de zinco para que não sensibilizem a pele. Deve-se, também, manter a proximidade com o paciente para que ele se sinta confortável, aproveite e estimule a criatividade através do visagismo, das cores, procurando trabalhar com a maguiagem mineral mais aderentes aos pelos, deixar a pele com uma qualidade mais bonita com aspecto mais saudável influência de maneira significativa no resgate da autoestima. Valorizar os olhos é de suma importância uma vez que proporciona um aspecto mais saudável, usar uma cor clara na parte superior das sobrancelhas e marcar o côncavo. A falta dos cílios não é um problema, abuse dos cílios posticos tomado o cuidado de usar uma cola com produtos hipoalergênicos.A sobrancelhas também é um carro chefe e ajuda a completar a moldura do rosto, esta pode ser evidenciada com o lápis e com o pincel com a aplicação de sombras tomado o cuidado de aplicar uma cor que seja próxima da raiz do cabelo. Outra alternativa é a aplicação de hena, no entanto esta técnica desse ser utilizada apenas com a presença dos fios.

# Faça valer a pena

**1.** Os tumores de mama mais comuns são o carcinoma ductal e lobular infiltrante, e os tubulares, papilares, mucinosos e medulares verdadeiros são mais raros.

Naclassificação, são considerados os dados clínicos e anatomo patológicos. A classificação molecular é de grande importância. Histologicamente, os tumores mamários possuem uma classificação.

Assinale a alternativa que mostra qual o tipo de tumor que apresenta baixo índice de proliferação e expressão positiva dos receptores de estrogênio e progesterona, apresentando o melhor prognóstico.

- a) Luminal A.
- b) HER2.
- c) Basal.
- d) Luminal B.
- e) Tecidual.
- **2.** O tratamento do câncer de mama consiste em duas estratégias, o tratamento clínico que é realizado após a cirurgia, chamado tratamento adjuvante, ou o tratamento clínico realizado antes da cirurgia definitiva, chamado tratamento neoadjuvante. Existe um tratamento que se baseia na redução das recidivas e o aumento da chance de cura, levando em consideração diversos fatores do tumor, sua apresentação, suas características biológicas, assim como características da paciente, como idade e comorbidades. O início do tratamento é indicado na quarta à sexta semana após a cirurgia, sendo ele muito devastador ao organismo e a imagem pessoal da mulher, principalmente porque leva à perda de cabelos, pelos e sobrancelhas.

Qual é o tratamento descrito no texto?

- a) Hormonioterapia.
- b) Quimioterapia.
- c) Oncoplastia.
- d) Radioterapia.
- e) Mastectomia total
- **3.** O diagnóstico do câncer de mama pode ser observado desde o exame clínico das mamas a partir de exame cuidadoso, a mamografia, é o único método comprovado para o rastreamento do câncer de mama, pois reduz a mortalidade em até 30%

Qual o método de exame diagnóstico de baixo custo, mas que apresenta desvantagem de não possibilitar avaliar a invasão e o grau histológico do tumor?

- a) Ultrassonografia.
- b) PAAF.
- c) Mamografia.
- d) Hemograma.
- e) ALT e ALST.

# Seção 1.2

# Alterações e disfunções que alteram a imagem pessoal

# Diálogo aberto

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebe para atendimento a Mônica, uma executiva de uma empresa multinacional conhecida por grande parte do universo midiático. De personalidade forte, vive em um meio dominado pelo público masculino, no entanto, a palavra final sempre é sua. Vaidosa, sempre preocupada com sua aparência física, percebeu o ganho de peso e a perda de cabelos, além de aumentos consideráveis da lipodistrofia localizada e do fibroedemagelóíde. Após diversos exames, foi diagnosticada com hipotireoidismo. Adepta dos procedimentos estéticos e dos produtos homecare desde a sua adolescência, lançou um grande desafio a você, profissional que a atende. Quais seriam os procedimentos estéticos e os produtos homecare mais recomendados nesta fase?

# Não pode faltar

Vamos conhecer sobre as alterações de pigmentação cutânea, as dermatoses eritematoescamosase as alterações da glândula tiroide que interferem na imagem pessoal.

O fator determinante para a coloração da pele é a melanina, no entanto, uma mistura de biocromos (hemoglobina), oxiemoglobina, carotenóides (pigmentos amarelos exógenos e provenientes da dieta), influenciam na tonalidade da pele. É o pigmento melânico (melanina) e as variações na quantidade e na distribuição desta na pele que são responsáveis pelas três principais cores da pele humana: negra, parda e branca. A cor da pele constitutiva é aquela cor geneticamente determinada e não submetida à radiação ultravioleta.

As discromias são distúrbios de pigmentação da pele, caracterizados por alteração da cor e estão relacionados com

aumento da quantidade de melanina, quando a coloração deixa de ser uniforme e passa a apresentar irregularidades de tonalidade mostrando regiões com pigmentação normal intercaladas com outras de colorações com intensidades variadas.

Podem ser divididos em hipercromias (aumento na quantidade de pigmento) e hipocromias (diminuição na quantidade de pigmento). Em algumas bibliografias os termos usados são hipermelanoses e hipomelanoses. As hipermelanoses são resultantes de um aumento da melanina na epiderme devido ao aumento da sua produção pelos melanócitos existentes ou de um aumento destes ativos no local. As hipermelanoses são caracterizadas pelo aumento da quantidade de melanina na pele, tendo como exemplo as efélides, lentigos, melanose solar, melasma, fitofotomelanose.

#### Melasma

Uma das hipermelanoses mais frequentes nos centros estéticos é o melasma, caracterizado por uma hipermelanose adquirida que apresenta uma pigmentação castanho-clara e que se desenvolve nas áreas expostas ao sol sendo mais comum na face.

Apresenta-se por máculas de coloração acastanhada, sem bordas definidas e que se desenvolve lentamente sendo assintomáticas. Em geral a coloração é homogênea e simétrica e aparecem em áreas que são expostas ao sol. A etiopatogenia do melasma é de natureza multifatorial na qual é observada a influência genética, os fatores hormonais e a radiação solar.

Figura 1.5 | Melasma



Fonte:<a href="https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Melasma#/media/File:Melasmablemish.jpg">https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Melasma#/media/File:Melasmablemish.jpg</a>. Acesso em: 29 mar. 2018.

O diagnóstico é clínico e deve ser levantado o histórico do paciente. A lâmpada de Wood é um recurso para analisar a profundidade do pigmento melânico deste e que é dividido em melasma epidérmico, dérmico e misto.

#### **Efélides**

As efélides são conhecidas também como sardas e são de natureza familiar de caráter autossômico dominante. Caracterizam-se por manchas pequenas de cor acastanhada e que aparecem a partir dos três anos em áreas expostas ao sol.

São comuns em pessoas de fototipo I e II, com pele, cabelos e olhos claros e encontradas na região da face, pescoço e ombros. A fitofotodermatose se caracteriza por uma hiperpigmentação causada pelo contato com substâncias fotossensibilizantes e subsequente exposição solar.

#### Hipomelanoses

Distúrbio de pigmentação que pode ocorrer e está relacionado a uma diminuição da quantidade de melanina na pele. As hipomelanoses são caracterizadas pela redução da melanina que reflete dois tipos de alterações: hipomelanosemelanopênica, que consiste na redução da melanina e o exemplo desta condição é o albinismo; hipomelanosemelanocitopênica consiste uma redução quantitativa ou ausência de melanócitos na epiderme resultando na produção de níveis indectetáveis de melanina e o exemplo desta é o vitiligo.



Reflita

A área da estética e cosmética tem um grande crescimentodiário, isso leva ao atendimento de pacientes que acabam apresentando disfunções estéticas decorrentes de patologias de base.

Uma das patologias que tem grande presença nos pacientes que frequentam as clínicas de estética é o hipotireoidismo.

O hipotireoidismo acarreta principalmente o desenvolvimento de melasma, que provoca uma grande influência na imagem pessoal da mulher, às vezes prejudicando sua vida e o convívio social.

Pelo impacto que pode acarretar na qualidade de vida dos pacientes, é importante o conhecimento do profissional da estética e cosmética em relação à incidência de hipotireoidismo e suas disfunções decorrentes dentro do âmbito do atendimento clínico. Assim, torna-se mais fácil melhorar o esclarecimento aos pacientes durante a anamnese e no decorrer do atendimento, orientando esse paciente de maneira correta e explicando a importância de seguir com o tratamento médico, para que, dessa maneira, obtenha-se um resultado satisfatório na disfunção estética.

Em sua opinião, por que o profissional de estética deve entender de toda a parte fisiológica do corpo? Por que precisamos entender e estudar as patologias existentes? Por que a qualidade de vida e a imagem pessoal tem tanta relação com a saúde do indivíduo? Qual é a relevância disso ao paciente?

## Vitiligo

O vitiligo é uma condição que acomete em média 1% da população sendo um distúrbio crônico com predisposição multifatorial e fatores desencadeantes. A literatura relata que o vitiligo está associado a doenças autoimunes sistêmicas e ou doenças endócrinas. Clinicamente caracteriza-se por máculas totalmente brancas bem demarcadas que crescem e podem afetar grandes extensões da pele.

A grande maioria dos pacientes atribui o início da doença a um traumatismo físico, doença ou stress emocional. Inicialmente o vitiligo costuma se apresentar como uma mancha branca cujo tamanho pode variar e em seguida o surgimento de outras manchas brancas. O vitiligo pode surgir em qualquer parte do corpo, mas as áreas comumente acometidas são as regiões da face (em torno dos olhos, nariz e boca) que sofrem fricções ou tratamentos com maior frequência (dorso das mãos,os cotovelos e joelhos, região tibial anterior e axilas).

O diagnóstico geralmente é clínico e pode ser estabelecido com base no exame físico do paciente que apresenta máculas brancas bilaterais e geralmente simétricas. O vitiligo provoca uma alteração de natureza estética, pode ocasionar trauma psicológico desencadeando problemas de ordem social. A evolução da doença é muito variável, embora a mais característica seja de início rápido seguido de um período de estabilidade.

O tratamento consiste no uso de filtro solar protegendo a área afetada contra as reações das queimaduras solares. A maquiagem estética é usada para ocultar as máculas brancas e, dessa forma, deixar o vitiligo menos evidente. A repigmentação é outra maneira de tratamento e consiste na recuperação da pigmentação melânica, através de glicorticóides ou psoralenos tópicos.

Figura 1.6 | Vitiligo



Fonte: <a href="https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/bd/509\_Vitiligo.jpg">https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/bd/509\_Vitiligo.jpg</a>-Acesso em: 29 mar. 2018.

A tabela exemplifica algumas das teorias relacionadas ao aparecimento do vitiligo.

Tabela 1.1 | Teorias Etiológicas para o Vitiligo

Teorias	Argumentação
Autoimune	Baseia-se no desenvolvimento de reação autoimune contra melanócitos durante o processo normal de turnover celular a partir da camada basal. Muitos anticorpos foram demonstrados, mas sem especificidade contra melanócitos. Essa hipótese considera as alterações do sistema imunológico que resultam em destruição dos melanócitos e se sustenta na constatação do vitiligo na vigência de várias doenças autoimunes (tireoidopatias, diabetes insulino-dependente, anemia perniciosa, doença de Addison, alopéciaareata, esclerodermia), na resposta ao tratamento com imunossupressores e na presença de anticorpos específicos contra antígenos da superfície dos melanócitos. Observou-se correlação entre a existência e o nível desses anticorpos com a extensão e a atividade da doença.

Genética	Baseia-se na história familiar positiva em cerca de um terço dos casos e naocorrência de vitiligo em gêmeoshomozigóticos. O padrão de herança seria autossômico dominante, de natureza poligênica, com penetrância e expressãovariáveis. Mais de quatro genes diferentes foram implicados e há estudos sobre a prevalência aumentada de HLA-B13. Os fatores genéticos possivelmente estariam associados a outras variáveis.
Neural	Mediadores químicos liberados em algumas terminações nervosas poderiam ser tóxicos para os melanócitos. Essa teoria se apóia, também, naexistência de formas segmentares de vitiligo e na associação com estresse psíquico e distúrbiosneurológicos (esclerose múltipla ou após encefalite viral).

Fonte: adaptada de Petri; Valéria (2009).

#### Manchas Vasculares

Conhecidas por serem frequentes, caracterizam-se por manchas vermelhas na pele sendo conhecidas por manchas vasculares. São comuns na primeira semana de vida dos bebês sendo exemplos os hemangiomas, manchas vasculares adquiridas, nevos, machas mongólicas.

## Hemangiomas

As manchas vásculo-sanguíneas são devidas a fenômenos vasculares (congestão ou constrição), fragilidade capilar ou extravasamento de hemácias.Os hemangiomas ou manchas angiomatosas são caracterizados por tumores vasculares benignos, descritos como manchas avermelhadas devido ao grande conteúdo sanguíneo. Podem involuir espontaneamente, no entanto, é importante que exista um acompanhamento caso apresente um crescimento rápido existe a necessidade de intervenção cirúrgica.

Figura 1.7 | Hemangioma



Fonte: <a href="mailto:rhttps://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hemangioma\_01.jpg">https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hemangioma\_01.jpg</a>. Acesso em: 28 mar. 2018.

## Manchas Vasculares Adquiridas

São caracterizadas por manchas vermelhas também de caráter benigno sendo também conhecidaspor aranhas vasculares da face e que podem ser tratadas com laser.

### Nevos Displásicos

São caracterizados por manchas salientes que se apresentam de maneira achatadas e outras salientes de formato regular de cor marrom e que em geral aparecem nas primeiras décadas de vida.

# Manifestações Clínicas

Apresenta-se através de nódulos de consistência endurecida sendo indolor, pouco móvel e irregular e com maior incidência no quadrante superolateral.Em apenas 0,02% os casos de dores são relatados como sintoma isolado.

#### Dermatoses eritematoescamosas

Embora a escamação seja uma lesão que ocorre em numerosas dermatoses, especialmente ao final dos processos inflamatórios, há um grupo de doenças que se caracterizam pela associação de manchas eritematosas e escamas de vários tipos, como a psoríase e a eritrodermia esfoliativa.

#### **Psoríase**

Doença eritematoescamosa de evolução crônica com fases de diminuição dos sintomas e exacerbação que compromete a pele, unhas, articulações e couro cabeludo. Dentro da etiopatogenia possui base hereditária, multifatorial e atualmente é considerada como uma doença autoimune. Tem como característica a anormalidade no ciclo de desenvolvimento da epiderme, desencadeando a hiperproliferação, modificando a maturação das células cutâneas, promovendo alterações vasculares e processo inflamatório. Podendo causar impacto negativo na qualidade de vida.

Figura 1.8 | Psoríase



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/pt/foto/psor%C3%ADase-sobre-cotovelo-gm510954994-86457705">https://www.istockphoto.com/pt/foto/psor%C3%ADase-sobre-cotovelo-gm510954994-86457705</a>. Acesso em: 5 mar. 2018.

#### Eritrodermia esfoliativa

Erupção universal eritematoescamosa, sendo uma doença inflamatória cutânea caracterizada pela presença de edema, prurido e descamação, possuindo etiopatogenia variada e tendo como causas psoríase, pênfigo (afecção dermatológica caracterizada pela aparição de vesículas no interior da epiderme que se rompem e produzem uma erosão dolorosa), foliáceo(doença autoimune da pele caracterizada pela quebra da conexão intercelular da epiderme, devido à produção de anticorpos contra proteínas específica) e linfoma.

Acomete indivíduos em fase adulta.





Fonte: Rivitti (2014, p. 94).

#### **Tireoide**

A tireoide é um dos maiores órgãos endócrinos do corpo, pesando cerca de 15 a 20g. Localiza-se na região anterior do pescoço, sobre a cartilagem tireoide, sendo uma glândula extremamente vascularizada, que produz e armazena hormônios em grande quantidade, os quais participam da regulação do metabolismo de todas as células do organismo. A produção dos hormônios tireoidianos passa por quatro etapas: captação do iodo, oxidação do iodo, organificação e acoplamento.

A tiroide secreta três importantes hormônios e que participam desde a vida intrauterina sendo a triiodotironina e tiroxina (T3 e T4): aumentam a taxa metabólica do corpo e a calcitonina: importante para o metabolismo do cálcio. Estes hormônios são responsáveis pela regulação do organismo e agem sobre praticamente todos os nossos órgãos através da secreção de seus hormônios.

#### Distúrbios da Tireoide

O hipotireoidismo é a síndrome clínica decorrente de redução da concentração ou de ação dos hormônios tireoidianos em nosso corpo, resultando em queda do metabolismo e prejuízo das atividades biológicas que dependem do estímulo dos hormônios tireoidianos para acontecerem.

O hipotireoidismo é o estado clínico decorrente do excesso de hormônios tireoidianos circulantes sistemicamente.

#### Quadro Clínico

No hipotireoidismo, tem-se no quadro clínico cansaço, sonolência, unhas frágeis, cabelos e pele seca, queda de cabelo, edemas (face e membros inferiores), irregularidade menstrual, constipação intestinal, bradicardia, ganho de peso. Enquanto no hipertireoidismo o quadro clínico é caracterizado por perda da massa magra, aumento da sudorese, pele pegajosa, hiperidrose e tremor de extremidades.

O tratamento do hipotireoidismo se faz com reposição da LT4, em dose única diária, visando manter o nível sérico dos hormônios tireoidianos normais.

Nesta unidade, vimos a relação que algumas alterações orgânicas podem influenciar na imagem pessoal, como no caso da

discromias em alterações como o vitiligo e o melasma e cabe a nós, profissionais da Estética e Cosmética, após o conhecimento destas traçar um perfil de tratamento estético.

Dentre os tratamentos que podem ser utilizados estão os protocolos que associam os ativos cosméticos, o uso da eletroterapia e a maquiagem corretiva como forma de amenizar os transtornos relacionados a estas alterações.



Vamos compreender um pouco melhor sobre oshormôniossecretados pela glândula tireoide.

A secreção hipofisária de TSH (hormônio de estimulação da tireóide ou tireotrofina) regula a secreção dos hormônios T4 (tiroxina) e T3 (triiodotironina), que exercem um "feedback" negativo no controle de secreção dos hormônios da tireóide, desse modo, a medida que ocorre uma elevação na secreção de T3 e T4, o metabolismo celular aumenta. Este aumento promove, no hipotálamo, uma redução na secreção de TRF (fator de liberação da tireotrofina), provocando uma redução na secreção de TSH pela adenohipófise e uma redução de T3 e T4, pela tireóide, reduz o metabolismo basal celular. Assim, quando a função hipotálamo-hipofisária está integra, pequenas alterações nas concentrações dos hormônios tireoideanos livres acarretam em grandes concentrações séricas de TSH, levando o mesmo a um melhor indicador de alterações discretas da produção tireoideana. A secreção do TSH possui um ritmo circadiano com os pulsos da secreção ocorrendo entre as 22h e 4h da madrugada (MILHORANSA, 2009).

- Para os tratamentos de melasma e efélides:
- Pode ser realizado o recurso do uso de eletroterapia, como microdermoabrasão (peeling de cristal ou diamantes), ionização de ativos clareadores e o LED.
- Peeling químico de baixa concentração até 5% para os profissionais da área da estética, utilizando os ácidos: solução de Jessner; ácido mandélico; ácido pirúvico; ácido glicólico; ácido tricloroacético; resorcina; ácido lático; ácido fítico; Alfahidróxiácidos; ácido kójico.

- Despigmentantes com uso de ativos como: arbutin; retinoides; ácido ascórbico; alfa-arbutin; antipollon HT; Biowhite®; Dermawhite NF LS 9410®; Adenin; Algowhite; Azeloglicina.
  - Para os tratamentos de hipomelanoses:
- Uso de maquiagem corretiva para amenizar os transtornos cutâneos.
  - Para os tratamentos de Manchas Vasculares e Nevos Displásicos:
- Somente profissionais habilitados podem realizar o tratamento, visto que utilizam de recursos não cabíveis ao profissional da estética e cosmética.
  - Para os tratamentos de Dermatoses eritematoescamosas:
- Pode ser realizada a aplicação de ácido salicílico em concentrações de 3 a 5% na região lesionada, assim como a aplicação de retinóide tópico em gel em concentrações de 0,05 a 0,1%, para que se obtenha a regeneração tecidual, desse modo há inicialmente uma descamação da região e logo após alguns dias torna-se possível verificar a regeneração e melhora da pele no local.
- Realização de hidratação cutânea utilizando ativos extremamente hidratantes como:

Alantoína; Aquaporineactive; Ceramide III; Coenzima Q10;D-Pantenol; Efaderma;Extrato de aloe vera; Extrato de aveia; Extrato de bardana; Extrato de própolis; Glicospheras de vitamina C; Hidroviton; Óleo de andiroba; Ácido Lactobiônico.

- Para os tratamentos corporais relacionados aos Distúrbios da Tireoide:
- Fibroedema Gelóíde (FEG) e Lipodistrofia Localizada (LDL):
- Pode ser realizado o uso de técnicas de massagem (massagem modeladora, turbinada edrenagem linfática manual), coma associação de cosméticos como: Algisium C (Metilsilanol Manuronato); Biorusol; Extrato de algas marinhas; Extrato de castanha da índia; Liporeductil; Extrato de centella asiática; IGF Fator de Crescimento Insulínico; Bioskinupcontour; Cafeisilane C.
- Uso da eletroterapia: Ultra-som; endermoterapia; Manthus; Heccus; Vibrocell.



O quadro exemplifica alguns dos procedimentos estéticos e cosméticos que são realizados pelo profissional da estética, indicados para cada uma das alterações apresentadas no texto:

Quadro 4.1 | Procedimentos estéticos e cosméticos para alterações pigmentares e cutâneas

Alterações pigmentares e cutâneas	Procedimentos estéticos e cosméticos
Melasma	<ul> <li>Peeling químico de baixa concentração.</li> <li>Microdermoabrasão (peeling de cristal ou diamantes – uso de aparelhos).</li> <li>Despigmentantes.</li> <li>Ionização de ativos clareadores.</li> <li>LED.</li> </ul>
Efélides	<ul> <li>Peeling químico de baixa concentração.</li> <li>Microdermoabrasão (peeling de cristal ou diamantes – uso de aparelhos).</li> <li>Despigmentantes.</li> <li>Ionização de ativos clareadores.</li> <li>LED.</li> </ul>
Hipomelanoses	- A maquiagem estética é usada para auxiliar a ocultar as máculas brancas, deixando o menos evidente.
Manchas Vasculares	- O tratamento mais recomendado é o uso de laser, sendo somente realizados por profissionais médicos e biomédicos.
Nevos Displásicos	- O tratamento mais recomendado é o procedimento cirúrgico para retirada da lesão, sendo somente realizados por profissionais médicos.
Dermatoses eritematoescamosas	<ul> <li>Aplicação de ácido salicílico na região lesionada, em concentrações de 3 a 5%.</li> <li>Aplicação de retinóide tópico na região lesionada, em concentrações de 0,05 a 0,1%.</li> <li>Hidratação cutânea com ativos extremamente hidratantes na área lesionada.</li> </ul>

Fonte: adaptado de Ferrola (2010, p. 12).



Indicamos a leitura do seguintes artigo científico, no qual você encontrará informações sobre osefeitos da aplicação do laser em pacientes com vitiligo. <www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0103-51502012000300003&lng=pt&tlng=pt>. Acesso em: 30 mar. 2018.

Nesse artigo, você encontrará as alterações fisiológicas decorrentes do mau funcionamento da tireoide:

<fmpfm.edu.br/intercienciaesociedade/colecao/online/v3\_n2/4\_ hipotireoidismo.pdf>. Acesso em: 31 mar. 2018.

Assista ao vídeo sobre a micropigmentação nos casos de vitiligo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=k4ArMkUdCEQ">https://www.youtube.com/watch?v=k4ArMkUdCEQ</a>>. Acesso em: 31 mar. 2018.

Assista ao vídeo sobre peeling de diamantes para tratamento de melasma:

<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oF6I607II7s">https://www.youtube.com/watch?v=oF6I607II7s</a>. Acesso em: 10 abr 2018

#### Sem medo de errar

Depois da leitura do texto tenho certeza de que você consegue contribuir para o auxílio da Mônica. Você pode opinar, pois Mônica pede sua ajuda. Vamos rever a questão. Quais seriam os procedimentos estéticos e os produtos *homecare* mais recomendados nessa fase?

Como você observou, ela se queixa de lipodistrofia localizada e fibroedemagelóíde, desse modo, após uma anamnese detalhada e explanativa sobre seu quadro, é compreendido que pode ser realizado o uso de técnicas de massagem (massagem modeladora, turbinada e drenagem linfática manual), com a associação de cosméticos como: Algisium C (MetilsilanolManuronato); Biorusol; Extrato de algas marinhas; Extrato de castanha da índia; Liporeductil; Extrato de centella asiática; IGF Fator de Crescimento Insulínico; Bioskinupcontour; afeisilane C, além do recurso de auxilio da eletroterapia fazendo a associação com Ultrassom; endermoterapia; Manthus; Heccus; Vibrocell.

Como forma de potencializar os tratamentos realizados em cabine de estética, é indicado os produtos *homecare* que consistem em cremes com ativos lipolíticos e estimulantes da circulação, cápsulas que com ativos naturais que potencializam o metabolismo, a associação de uma dieta pobre em açúcares, gordura e sódio e prática regular de atividade física.

## Avançando na prática

# Conduta do tecnólogo em Estética e Cosmética frente a um atendimento de paciente com hipotireoidismo

#### Descrição da situação-problema

Você, aluno do curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, recebe em sua clínica Antonia de 38 anos, que procura o tratamento de um melasma que começou a surgir em seu rosto, afetando sua autoestima e sua qualidade de vida interpessoal. Após uma anamnese profunda, você constata que Antonia tem hipotireoidismo e sabe que possui a patologia, mas a mesma não está fazendo o tratamento adequado. Qual será a sua conduta perante o caso exposto? De que forma você agirá com este paciente?

#### Resolução da situação-problema

O tecnólogo em Estética e Cosmética pode auxiliar desde o início pensando no resgate da autoestima e da qualidade de vida, trabalhando a autoestima da paciente, o que refletirá em um tratamento mais seguro e eficaz. Mas, levando em consideração que existe uma patologia de base, torna-se necessário que você explique à Antonia a importância de que ela volte ao médico e retorne ao tratamento. Afinal, se ela não estiver com a regulação hormonal em dia, seus esforços em melhorar esse melasma não acarretaram na melhora da disfunção.

Lembre-se de, durante a anamnese, tentar observar e explicar todos os procedimentos estéticos à Antonia, de maneira que a mesma compreenda tudo. Explique a importância de que ela volte a tratar o hipotireoidismo e faça também o uso em casa dos produtos que você orientar, assim você conseguirá obter um melhor resultado final, tendo a satisfação como profissional e do seu paciente.

## Faça valer a pena

**1.** As discromias são caracterizadas por alterações da coloração da pigmentação cutânea, relacionadas com a distribuição da melanina. São conhecidas por hipermelanoses ou hipomelanoses.

Assinale a alternativa que mostra qual o tipo de hipermelanose que comumente é queixa nos centros de estética.

- a) Vitiligo.
- b) Hemangioma.
- c) Melasma.
- d) Nevos.
- e) Albinismo.
- **2.** É a síndrome clínica decorrente de redução da concentração ou de ação dos hormônios tireoidianos em nosso corpo, resultando em queda do metabolismo e prejuízo das atividades biológicas que dependem do estímulo dos hormônios tireoidianos para acontecerem.

A que síndrome clínica o texto faz referência?

- a) Hormonoterapia.
- b) Hipertireoidismo.
- c) Hipotireoidismo.
- d) Hormônio tireoidiano.
- e) Calcitonina.
- **3.** Apresenta-se por máculas de coloração acastanhada, sem bordas definidas e que se desenvolve lentamente sendo assintomáticas. Em geral, a coloração é homogênea e simétrica e aparecem em áreas que são expostas ao sol.

A etiopatogenia é de natureza multifatorial na qual é observada a influência genética, os fatores hormonais e a radiação solar.

A qual disfunção o texto se refere?

- a) Vitiligo.
- b) Nevos.
- c) Albinismo.
- d) Melasma.
- e) Hiperpigmentação pós-inflamatória.

# Seção 1.3

# Imagem pessoal e os protocolos, tratamentos e práticas nas alterações corporais

### Diálogo aberto

Você, aluno da estética e cosmética, recebe para atendimento a Angélica que, aos 25 anos, foi diagnosticada com hipertireoidismo. Angélica só descobriu que algo não estava certo com seus hormônios tireoidianos quando começou a apresentar aumento da transpiração, aumento do apetite, ansiedade, Bócio (glândula visivelmente aumentada) ou nódulos na tireoide, fragueza muscular, cansaço, perda de peso, dificuldade para dormir, irregularidade menstrual, mãos trêmulas, pressão alta, ruborização da pele, taquicardia, arritmia e palpitações. Após relatar ao médico o que sentia, o mesmo pediu alguns exames e foi confirmado a sua suspeita diagnóstica, mas, com o uso diário do remédio, ela controlou os sintomas e obteve normalidade nas suas atividades diárias. Agora com 35 anos, Angélica passa novamente por alguns desconfortos em seu corpo, como: fadiga, inchaço dos gânglios, perda de peso, secreção mamilar, desconforto nas mamas e sente a presença de nódulos nas mamas. Como havia apresentado alguns sintomas semelhantes (exceto os relacionados ao tecido mamário) Angélica achou que o remédio para hipertireoidismo não estava mais fazendo efeito e procurou novamente um médico. Após alguns exames foi confirmado que ela apresentava câncer de mama em um estágio mais avançado e que se tornava necessário a retirada total das mamas e esvaziamento dos gânglios linfáticos da axial (mastectomia total). Como aluno de estética e cosmética, você está apto a exercer procedimentos na área da beleza, no planejamento e na implantação dos recursos manuais e dos procedimentos estéticos. Dessa maneira, quais são os protocolos que podem ser desenvolvidos e aplicados usando a cosmetologia, os equipamentos estéticos e os recursos manuais em clientes mastectomizados, com hipo ou hipertireoidismo?

#### Não pode faltar

Caro aluno, cada vez mais se torna de extrema importância que você detenha um grande conhecimento acerca das patologias e as consequências que as mesmas acarretam no organismo humano. Os pacientes que o procurarão para tratamentos estéticos no caso das disfunções, preocupam-se com o fato do profissional ser qualificado e capaz de ter uma conduta terapêutica adequada ao seu guadro clínico.

Você deve estar preparado para avaliar, elaborar e selecionar o protocolo de tratamento estético mais indicado para cada caso e considerar que muitas vezes o paciente apresenta mais de uma disfunção estética.

Para os casos de câncer de mama, os tratamentos são cirúrgicos e têm o intuito de realizar o controle da doença na área acometida por meio daremoção das células cancerígenas e, desta forma, proporcionar sobrevida e evitar o risco das metástases. O procedimento cirúrgico para retirada do órgão mamário é denominado mastectomia, pode ser realizada de maneira total ou parcial, dependendo do estágio, grau da doença e o tipo histopatológico.

Dependendo da extensão da mastectomia, é necessário realizar a reconstrução das mamas, o que pode acarretar fibroses, alterações de sensibilidade e linfedema.

Uma consequência bastante frequente da mastectomia radical é o linfedema braquial, que é o acúmulo de linfa no membro superior, em virtude da retirada dos gânglios linfáticos da região axilar.

Evitar a instalação do linfedema no membro é de vital importância, pois uma vez instalado o quadro não há mais cura, apenas controle do mesmo.

O linfedema pode acarretar diversos problemas, dentre eles, a diminuição na movimentação do membro superior, alterações da sensibilidade, processos inflamatórios e infecciosos. Causando transtornos estéticos, psíquicos e físicos.

Devido à gravidade dos transtornos causados na função do membro com linfedema, para o tratamento da paciente masctectomizad, a deve ser realizada a drenagem linfática manual, associada a fortalecimento e alongamento muscular,

massagem de fricção sobre a cicatriz, de forma a possibilitar o retorno dos movimentos, por esta razão deve ser realizado por fisioterapeuta qualificado.



A drenagem linfática manual é uma técnica complexa, representada por um conjunto de manobras visando drenar o excesso de líquido acumulado no interstício, nos tecidos e dentro dos vasos linfáticos. Realizada com manobras e movimentos suaves, pressão delicada, de forma lenta, rítmica e relaxante, estimula o fluxo linfático e elimina o excesso de líquido do organismo, além de evitar a fibrose no póscirúrgico. Devendo ser realizada seguindo a direção do retorno linfático, exigindo um bom conhecimento anatômico da circulação linfática. A drenagem linfática manual pode ser iniciada nos primeiros dias de pósoperatório após a liberação e a prescrição médica, respeitando o limite de dor do paciente, visando uma recuperação eficiente, preservando os movimentos do membro ou mantendo o mesmo funcional.

É importante que a técnica da drenagem linfática manual seja associada à bandagem compressiva do membro com o objetivo de diminuir o volume deste. O aumento da pressão no tecido resultado da compressão levará a um a uma maior absorção da linfa pelos capilares, auxiliando no bombeamento dos linfagions.





Fonte: acervo Kroton.

A técnica de drenagem linfática manual deverá ser iniciada no lateral ao edema, com o intuito de promover aumento da atividade linfática uma vez que o quadrante edemaciado seja beneficiado pela drenagem entre as anastomoses dos capilares.

As manobras iniciais consistem na evacuação sendo executada de proximal para distal nos principais grupos ganglionares da região e após sobre a axila contralateral, fossa subclávia, região pubiana, região inguinal e região poplítea.

Os movimentos da DLM são iniciados na mama íntegra, tórax e braço contralateral com o objetivo de preparar a área para receber a linfa da região congestionada. Em seguida, são estimulados mama, tórax e membros superiores da área comprometida usando os movimentos de bombeamento de proximal para distal.

A região torácica é drenada abaixo da cirurgia e cisterna do quilo (consiste em um é uma "bolsa" no abdômen por onde fluem a linfa de três vasos linfáticos: tronco intestinal, tronco lombar esquerdo e tronco lombar direito), associando a respiração diafragmática, drenar os membros inferiores e região do dorso.

São observados se os linfonodos da região axilar da mama comprometida foram retirados. Se estiverem íntegros, a mama, tórax e o membro superior homolateral, então deve ser drenado para a axila homolateral a cirurgia. Caso os linfonodos tenham sido retirados, é utilizada a drenagem reversa, de forma a conduzir a linfa da região comprometida para a axila contralateral íntegra.



A drenagem linfática manual é um método de tratamento que vem sendo usado ao longo dos tempos que possibilita a renovação da linfa, a ativação da circulação, a estimulação da atividade celular e a regeneração dos tecidos.

Trata-se de um método saudável, natural, indolor e absolutamente efetivo que dá uma nova base para a vida, a saúde e a beleza. Muito empregado nos centros estéticos tanto na área facial como na corporal com resultados significativos associados a outras técnicas no tratamento do fibroedema gelóide, da lipodistrofia localizada, no rejuvenescimento e na nutrição facial.

No pré e pós-operatório, a drenagem é fundamental, uma vez que o intuito é remover o edema e estimular a regeneração tecidual. O mesmo se dá nos casos de linfedema, nos quais há uma insuficiência do sistema linfático em que o sistema vascular é incapaz de absorver a quantidade normal de carga linfática, resultando na congestão de proteínas no interstício.

Caro aluno, você já refletiu qual a diferença em realizar a drenagem linfática manual em um paciente com linfedema ou com a fibroedema geloide, ou lipodistrofia localizada? Reflita sobre as particularidades, as indicações e eficácia em cada um desses casos.

A mastectomia, além das alterações físicas e funcionais relatadas, causa alteração da imagem pessoal da paciente, que passa a apresentar uma imagem negativa de seu corpo, pode trazer repercussão na sua autoestima, nos seus relacionamentos pessoais e sexuais, comprometendo sua qualidade de vida.

Nos casos de pós-mastectomia, é de extrema importância o trabalho em equipe multidisciplinar (cirurgião, fisioterapeuta, psicólogo e o tecnólogo de estética), uma vez que estes pacientes podem apresentar limitações físicas, alterações emocionais e estéticas.

O tecnólogo de estética e cosmética pode contribuir melhorando a qualidade de vida destas pacientes utilizando recursos manuais, técnicas alternativas e integrativas, proporcionando bem estar e, ainda, o emprego de recursos cosméticos e estéticos, importantes para revitalizar a pele, o uso de maquiagem e acessórios que auxiliam na beleza e no reforço da feminilidade e da imagem pessoal das pacientes.

É fundamental que oriente seus pacientes pós-mastectomizados nos cuidados com queimaduras, vacinas e retirada de sangue no membro superior do lado da mama operada. Além de evitar retirar cutícula com alicate, para evitar risco de infecções.

Você foi apresentado, na última seção, a alguns distúrbios de pele estão associados ao nosso assunto, agora vai conhecer o protocolo utilizado para tratamento das discromias. Alguns distúrbios de pele estão associados ao aparecimento de discromias, apresentando

como características alteração da cor de pele relacionada com aumento da produção de melanina pelo melanócito. Essas discromias recebem a nomenclatura de hipermelanoses, devido ao aumento na produção de melanina na epiderme.

Protocoloco para tratamento de discromias:

Passo 1 - Limpeza da pele com sabonete (deve conter ácidos de baixa concentração).

Passo 2 - Esfoliação da região (com sabonete esfoliante) ou utilizar o recurso da eletroterapia (peeling de diamantes ou cristal).

Passo 3 - Aplicação de peeling químico de baixa concentração de no máximo 5%.

Passo 4 - Aguardar a ação do peeling que pode variar conforme o ácido utilizado, este tempo vai variar de acordo com a concentração do ácido, quantidade de vezes que foi colocado na face, a pele do cliente. Não existe um tempo padrão, o profissional deverá estar atento à reação da pele do cliente, à queixa do mesmo ou, assim que apresentar hiperemia, deverá ser retirado com água em abundância ou em solução neutralizante com o bicarbonato de sódio.

Passo 5 - Retirar todo o ácido da pele, lembrando sempre que, se não for feita a retirada por completo, podem ocorrer intercorrências após o procedimento.

Passo 6 - Aplicação do filtro solar.

Outro protocolo estético muito utilizado pelos tecnólogos de estética e cosmética são em pacientes que apresentam hipotireoidismo. Como apresentado anteriormente, o hipotireoidismo tem como resultando a queda do metabolismo e o prejuízo das atividades biológicas que dependem do estímulo dos hormônios tireoidianos para acontecerem, é decorrente de redução da concentração ou ação dos hormônios tireoidianos no organismo humano. Além disso, o hipotireoidismo pode acarretar duas disfunções estéticas muito comuns, FEG (fibroedema geloide) e LDL (lipodistrofia localizada). Por isso, torna-se importante o conhecimento de protocolos que se enquadrem no tratamento das duas disfunções.

Protocolo para tratamento de FEG:

Passo 1 - Higienização da região dos pés e axilas.

Passo 2 - Limpeza da região a ser tratada com sabonete.

Passo 3 - Esfoliação da região tratada.

Passo 4 - Aplicação de endermologia com pressão de 80 até 120 mmHg.

Passo 5 - Aplicação de Ultrassom (frequência de 3 MHz, no modo contínuo, com dose de 1,2 W/cm², por 5 minutos em cada guadrante).

Passo 6 - Realização de Drenagem linfática manual.



#### **Exemplificando**

O fibroedema gelóide é uma disfunção estética multifatorial que acomete grande parte do universo feminino sendo de causa multifatorial. Um dos sistemas que apresenta maior comprometimento é o sistema linfático e circulatório. Uma das formas de promover a melhora da FEG é o uso da DLM por esta auxiliar na remoção do edema, além de poder ser associada ao uso da cosmetologia e aos equipamentos como a vacuoterapia, a ultrassom, entre outros. E um dos sistemas que sofre comprometimento nos casos da FEG é o sistema circulatório e linfático.

A microcirculação é a responsável por toda a interação das células individualizadas com o organismo, desde o aporte nutricional até a distribuição e a eliminação dos seus produtos pelo organismo (Godoy & Godoy, 2011).

As células eliminam todos os produtos do seu metabolismo para o interstício celular. Uma das alterações presentes no fibroedema gelóide são as dificuldades circulatórias. Com o aumento da pressão em nível intersticial ocorre alterações nos capilares linfáticos dificultando assim a passagem do líquido intersticial para o interior dos vasos e acúmulo proteico no interstício. Outro fator de suma importância é que no FEG é a estase venosa com acúmulo de líquido e de outras substâncias.

A redução do tônus venoso sugere interferência no mecanismo contrátil muscular dos vasos, dessa forma, a musculatura dos vasos linfáticos estaria sujeita à mesma interferência.

Portanto, a drenagem linfática manual tem o objetivo de melhorar o sistema linfático, melhora seu funcionamento e o aspecto do fibrodema gelóide.

Godoy & Godoy (2011) citam que cliente com o fibroedema gelóide apresentam o sistema subcutâneo doente, com hipertensão de todo o sistema de drenagem.

Dessa maneira, uma vez constatado que o fibroedema gelóide se caracteriza por uma alteração metabólica que provoca um acúmulo de líquido no interstício, a edema a drenagem linfática manual se torna eficaz no tratamento do fibroedema gelóide.

Protocolo para tratamento de LDL:

- Passo 1 Higienização da região dos pés e axilas.
- Passo 2 Limpeza da região a ser tratada com sabonete neutro corporal.
- Passo 3 Esfoliação da região tratada com esfoliante com grânulos para uma maior abrasão e remoção das células mortas.
  - Passo 4 Aplicação de hiperemiante.
- Passo 5 Bandagem com sais redutores, a bandagem é realizada embebendo as ataduras gessadas nos sais térmicos diluídos em água, estas devem ser posicionadas nos locais afetados e posteriormente fazer o uso da termoterapia com a manta térmica.
- Passo 6 Termoterapia realizada por meio da manta térmica por aproximadamente 20 minutos observando sempre a reação da cliente.
  - Passo 7 Aplicação de Massagem modeladora.
  - Passo 8 Aplicação de atadura gessada.

Figura 1.11 | Locais e disposição da atadura gessada no corpo



Fonte: <a href="http://www.dietaja.org/wp-content/uploads/2016/03/gessoterapia-630x406.jpg">http://www.dietaja.org/wp-content/uploads/2016/03/gessoterapia-630x406.jpg</a>>. Acesso em: 16 abr. 2018.



Assista ao vídeo que mostra o sistema linfático. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=w989tLlJy44">https://www.youtube.com/watch?v=w989tLlJy44</a>. Acesso em: 12 abr. 2018.

Assista ao vídeo que mostra a técnica de drenagem linfática Método Godoy. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GztMROJY1z0">https://www.youtube.com/watch?v=GztMROJY1z0</a>. Acesso em: 13 abr. 2018.

No artigo seguinte, você encontrará informações sobre a drenagem linfática nos pacientes pós mastectomia. Disponível em: <a href="http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/19/64\_-\_Drenagem\_linfYtica\_no\_pYs-operatYrio\_de\_pacientes\_pYs-mastectomia.pdf">http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/19/64\_-\_Drenagem\_linfYtica\_no\_pYs-operatYrio\_de\_pacientes\_pYs-mastectomia.pdf</a>>. Acesso em: 12 abr. 2018.

Nesta unidade, revimos as patologias que mais comprometem a imagem pessoal, além disso, foi apresentada a importância do atendimento multidisciplinar, o uso de recursos cosméticos e protocolos estéticos após a mastectomia e os protocolos cabíveis nos casos das discromias, FEG e LDL e de serem efetuados por você futuro profissional da estética e cosmética, assim, após o conhecimento fica mais simples traçar um perfil de tratamento estético correto.

#### Sem medo de errar

Depois da leitura do texto, tenho certeza de que você consegue contribuir para o auxílio da Angélica. Vamos rever a questão. Quais são os protocolos que podem ser desenvolvidos e aplicados usando a cosmetologia, os equipamentos estéticos e os recursos manuais em clientes mastectomizados, com hipo ou hipertiroidismo?

Como você observou, para auxílio de Angélica, podem ser realizados protocolos de tratamento de discromias, além de tratamentos para lipodistrofia localizada e do fibroedema gelóíde. Desse modo, após uma anamnese detalhada e explanativa sobre seu quadro, e tendo compreensão sobre as patologias de base que envolvem o quadro da cliente Angélica, você já é capaz de traçar um plano de tratamento e elaborar os protocolos pertinentes que auxiliarão no tratamento das disfunções apresentadas.

## Avançando na prática

# Aplicabilidade da drenagem linfática manual no tratamento das disfunções estéticas corporais

#### Descrição da situação-problema

Você, aluno do curso superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, recebe em, sua clínica, Eduarda, 28 anos, que procura o tratamento para fibroedema geloide (FEG) e lipodistrofia localizada (LDL) na região de glúteos e coxas, afetando sua autoestima e qualidade de vida interpessoal. Após uma anamnese profunda, você descobre que Eduarda possui marca-passo e estabelece os possíveis protocolos de tratamento. Diante disso, qual a conduta terapêutica nesse caso clínico e quais recursos utilizará?

#### Resolução da situação-problema

Primeiramente, você deve estabelecer com Eduarda que durante o tratamento e na elaboração do protocolo você não poderá fazer uso do recurso eletroterápico, pois se utilizar aparelhos nela o marca-passo parará de funcionar e ela poderá até vir a óbito.

Após essa explicação, você poderá abordar que fará uso de um recurso de massagem denominado de drenagem linfática manual e que o mesmo trará benefícios maravilhosos e, além disso, existem alguns recursos de associação que proporcionaram uma melhora efetiva no quadro de FEG e LDL.

## Faça valer a pena

**1.** O fibroedema gelóide é uma disfunção estética multifatorial que acomete grande parte do universo feminino sendo de causa multifatorial. Um dos sistemas que apresenta maior comprometimento é o sistema linfático e circulatório. As células eliminam através delas mesmas todos os produtos do seu metabolismo para o interstício celular. Algumas das alterações presentes no fibroedema gelóide são as dificuldades circulatórios com um aumento da pressão em nível intersticial, sugerem alteração nos capilares linfáticos dificultando, assim, a passagem do líquido intersticial para o interior dos vasos e acúmulo proteico no interstício. Outro fator de suma

importância é que no FEG é a estase venosa com acúmulo de líquido e de outras substâncias.

Assinale a alternativa correta no que diz respeito ao tratamento e à criação de protocolos para tratamento de FEG, quais devem ser os recursos eletroterápicos utilizados dentro dos apresentados na seção?

- a) Carboxiterapia.
- b) Intradermoterapia.
- c) Laser Fracionado CO2.
- d) Ultrassom e endermologia.
- e) Hidrolipo.
- **2.** A drenagem linfática manual deve ser associada à bandagem compressiva do membro, com a finalidade de manter o membro com o menor volume possível, causando um aumento moderado na pressão total do tecido, aumentando a absorção da linfa pelos capilares e auxiliando no bombeamento dos linfagions, promovendo resistência ao movimento de contração muscular. Sempre que iniciada a técnica de drenagem linfática, os principais gânglios linfáticos devem ser estimulados e logo após deve se iniciar os movimentos que devem seguir o caminho do fluxo sanguíneo e linfático.

De que maneira os movimentos devem se iniciar? Assinale a alternativa que corresponda à resposta correta:

- a) Distal-proximal ao grupo de gânglios linfáticos.
- b) Somente devem ser realizados estímulos dos grupos de gânglios linfáticos.
- c) Proximal-distal ao grupo de gânglios linfáticos.
- d) Respiração diafragmática.
- e) Proximal-distal ao sistema muscular da região.
- **3.** A mastectomia depende muito do estágio e do grau de avanço da doença, a cirurgia é realizada de acordo com o diagnóstico clínico e com o tipo histopatológico. A mastectomia é a remoção total ou parcial do órgão mamário, quando realizada, necessitará de um trabalho de apoio pós-cirúrgico para diminuição de edema na região que foi comprometida pela falta ou diminuição de gânglios linfáticos.

Assinale a alternativa correta em relação à seguinte pergunta: a falta de drenagem linfática manual na região acometida pelo edema gera grande

desconforto e propiciando o aparecimento de uma complicação, qual é essa complicação?

- a) Fibrose.
- b) Prostatite.
- c) Fibroedema Geloide.
- d) Hemangioma.
- e) Carcinoma.

# Referências

BARROS, A. C. S. D.; BARBOS, E. M.; GEBRIM, L. H. **Diagnóstico e Tratamento do Câncer de Mama**. Associação Médica Brasileira e Conselho Federal de Medicina, 2001. Disponível em: <a href="https://diretrizes.amb.org.br/\_BibliotecaAntiga/cancer-demama-diagnostico-e-tratamento.pdf">https://diretrizes.amb.org.br/\_BibliotecaAntiga/cancer-demama-diagnostico-e-tratamento.pdf</a>, Acesso em: 26 jun. 2018.

BERGMAN, A.; RIBEIRO, M. J. P.; PEDROSA, E.; NOGUEIRA, E. A.; OLIVEIRA. A. C. G. Fisioterapia em mastologia oncologica: rotinas do Hospital do Câncer III/ INCA. Revista Brasileira de Cancerologia, v. 52, n. 1, p. 97-109, 2006.

BORGES, F. **Dermato-funcional**: modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: Phorte, 2006.

BRASIL. **Estatísticas de saúde pública do Brasil**. Brasília: MS, 2011. Disponível em: <a href="http://www.ms.gov.br">http://www.ms.gov.br</a>. Acesso em: 15 abr. 2018.

CORRÊA, M. B. Efeitos obtidos com a aplicação da ultrassom associado à fonoforese no tratamento do fibroedema gelóide. Trabalho de Conclusão do Curso de Fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina – CAMPUS TUBARÃO, 2005.

DENARDI, U. A. et al. Enfermagem em Radioterapia. São Paulo: Lemar, 2008.

FERROLA, A. C. **Dermatologia, manuais práticos para concurso**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2010.

GUIRRO, E; GUIRRO, R. **Fisioterapia dermato-funcional**: fundamentos, recursos e patologias. 3 ed. São Paulo: Manole, 2004.

Instituto Nacional de Câncer (Inca). **Estimativa de câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: Inca, 2016. Disponível em: <www.inca.gov.br/dncc>. Acesso em: 18 abr. 2018.

KEDE, M; SABATOVICH, O. Dermatologia estética. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2004.

LEITES, G. T. et al. Fisioterapia em oncologia mamária: qualidade de vida e evolução clínico funcional. **Revista Ciência & Saúde**, Porto Alegre, v. 3, n. 1, p. 14-21, jan/jun. 2010.

MARX, A.; FIGUEIRA, P. Fisioterapia no câncer de mama. São Paulo: Manole, 2015.

MILHORANSA, P.; SOARES, R. Hormônio de estimulação da tireóide (TSH) e correlações laboratoriais. RBAC, v. 41, n. 2, p. 161-164, 2009.

MOURÃO, A. P.; OLIVEIRA, F. A. de. **Fundamentos de radiologia e imagem**. São Caetano do Sul: Difusão, 2009.

PAREDES C. G. et al. Impacto da reconstrução mamária na qualidade de vida de pacientes mastectomizadas atendidas no Serviço de Cirurgia Plástica do Hospital Universitário Walter Cantídio. **Rev. Bras. Cir. Plást.**, São Paulo, v. 28, n.1, p. 100-4, mar. 2013. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=s1983-51752013000100017">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=s1983-51752013000100017</a>>. Acesso em: 18 abr. 2018.

PETRI, V. Dermatologia prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.

RIBEIRO, C. **Cosmetologia aplicada à dermocosmética**. 2. ed., São Paulo: Pharmabooks, 2010.

RIVITTI, E. A. **Manual de dermatologia clínica de Sampaio**. São Paulo: Artes Médicas, 2014.

SOUZA, V. M. **Ativos dermatológicos**: dermocosméticos e nutracêuticos, edição especial 10 anos, volumes 1 a 8, São Paulo: Pharmabooks, 2013.

VALINOTE, S. P. A. et al. Alterações venosas e linfáticas em mulheres com linfedema após linfadenectomia axilar no tratamento do câncer de mama. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 4, p. 171-7, abr. 2013. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0100-72032013000400007">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0100-72032013000400007</a>>. Acesso em: 18 abr. 2018.

VILLAR, L. Endocrinologia clínica. 7. ed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2017.

# Efeitos emocionais na imagem pessoal

#### Convite ao estudo

Caro aluno, seja bem-vindo à Unidade 2, que discutirá o impacto que algumas patologias causam na imagem pessoal.

Nos dias atuais, é cada vez maior o número de casos com transtornos psicológicos como a depressão, o estresse e a ansiedade, geralmente em decorrência da rotina frenética de trabalho e da busca incessante pela imagem imposta pela sociedade, uma vez que, no mundo capitalista, os valores fazem referência àquilo que se tem, e não à autoaceitação.

O tecnólogo em estética e cosmética pode atuar de maneira significativa por meio de procedimentos estéticos que promovam bem-estar, qualidade de vida e melhorias na imagem pessoal.

# Seção 2.1

# As influências emocionais que interferem na imagem pessoal

### Diálogo aberto

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebeu para atendimento a cliente Valéria, que trabalha na Bolsa de Valores. Devido à pressão que seu emprego exerce, ela foi se tornando uma pessoa extremamente ansiosa, nervosa e estressada, o que lhe acarretou o desenvolvimento da síndrome do pânico, refletindo em sua imagem pessoal. Ela apresentou quadros de onicofagia (ato de roer unhas), tricotilomania (ato de arrancar os fios de cabelos), psoríase (erupção de placas eritematosas cobertas de escamas esbranquiçadas ou nacaradas) e alterações hormonais e metabólicas que influenciaram no aparecimento da acne vulgar e no aumento do peso. De que maneira você pode auxiliar Valéria a recuperar sua autoestima? Quais são os procedimentos permitidos e de que forma eles podem ser utilizados?

## Não pode faltar

Você sabe como é elaborada a imagem pessoal e de que forma ela pode ser comprometida por aspectos emocionais?

Para entender esta relação, primeiramente você conhecerá o papel do tálamo.

As pessoas têm sua identidade construída com base na imagem que transmitem, a qual se relaciona com os arquétipos, a raça e a sociedade a que pertencem, incluindo vestimentas, profissões e religião.

#### O estudo do tálamo no reconhecimento de símbolos arquétipos

O cérebro possui em sua composição uma estrutura chamada tálamo, a qual identifica os símbolos arquétipos, reconhecendoos e transmitindo-os para o sistema responsável pelas sensações, processo que acontece antes que o córtex tenha condições de processar a imagem racionalmente.

O tálamo se situa no diencéfalo, entre o córtex cerebral e o mesencéfalo, e é formado sobretudo pela substância cinzenta (núcleos de neurônios) do encéfalo. São duas massas de neurônios que se localizam profundamente nos hemisférios cerebrais.



A disciplina de Imagem Pessoal e Saúde trata do núcleo dorsomedial. Conheça este e os demais núcleos:

- Núcleo anterior: faz relé com o sistema límbico, para os corpos mamilares, giro cingulado e hipotálamo.
- Núcleo dorsomedial: conecta-se ao córtex pré-central e ao hipotálamo e se envolve na transmissão de sentimentos objetivos e emocionais e em sua relação com o estado subjetivo do indivíduo (por exemplo: seu estado de controle emocional e personalidade).
- 3. Núcleos ventrais anteriores e laterais: influenciam e regulam as vias descendentes motoras do córtex e do cerebelo.
- 4. Núcleos ventrais posteriores: é a estação de sinapse das vias sensitivas periféricas (lemniscos medial e espinhal) em direção ao córtex sensorial (no giro pós-central).
- 5. Núcleo geniculado lateral: tem a responsabilidade de receber os axônios do nervo óptico e transmiti-los para o córtex visual (no lobo occipital).
- 6. Núcleo geniculado medial: tem função idêntica na via auditiva.
- 7. Núcleos intralaminares: têm relação com a formação reticular, permitindo ao córtex influenciar no estado de vigília.

Certos símbolos, conhecidos como símbolos arquétipos, mantêm seu significado em todas as culturas e, em tempos diferentes, agem no inconsciente das pessoas, provocando sensações e reações emocionais não racionais. Estes símbolos arquétipos estão embutidos na estrutura da imagem e são reconhecidos por uma parte do cérebro chamada tálamo, que provoca uma reação emocional antes que a imagem seja interpretada racionalmente pelo córtex, parte cerebral responsável por funções mentais complexas. Há pesquisas que consideram os símbolos arquétipos como gatilhos naturais de estímulos, podendo ser visuais, sonoros, olfativos ou provocados por situações ou lugares que ativam emoções como surpresa, felicidade, raiva, medo, desgosto, tristeza, ansiedade e confiança.

Todos os aspectos da personalidade, positivos ou negativos, manifestam-se no rosto. O formato do rosto e as feições, proporções, linhas e até a cor da pele representam fisicamente o modo de ser de cada pessoa.

A imagem pessoal expressa a identidade, tanto para si quanto para os outros, e faz parte da pessoa desde a infância, sofrendo mudanças ao longo dos tempos. Estas alterações na imagem pessoal, processo influenciado também pelo meio social, que dita a forma como a pessoa deve se aparentar, seguindo os padrões da sociedade, afetam os indivíduos, uma vez que fazem mudar a percepção de si e de como os outros o veem, influenciando nos seus relacionamentos interpessoais.

Todas essas interferências, adicionadas à busca pela aprovação, acabam por desenvolver uma máscara. Às vezes essa máscara é uma mera proteção, sem muitas implicações, caso a imagem seja positiva, revelando autenticidade e características positivas da personalidade. Dessa forma, a pessoa pode ser vista como bela e poderá se sentir confiante e equilibrada. Porém, ao contrário, a máscara pode esconder importantes aspectos da personalidade, e a pessoa se desenvolve de forma totalmente artificial.

A preocupação constante com a aparência é uma exigência social que está ligada à nossa autoestima. Fatores emocionais, psíquicos e sociais podem afetar negativamente a relação do indivíduo com o seu corpo, comprometendo sua autoimagem e ocasionando transtornos, os quais serão apresentados a seguir.

#### Ansiedade

Pessoas que vivenciam em seu cotidiano uma vida atribulada podem apresentar ansiedade. Este transtorno varia de intensidade e, se essa intensidade for alta, pode acarretar problemas físicos e psicossociais.

Figura 2.1 | Onicofagia (ato de roer unhas), característica da ansiedade



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/roendo-unha-gm170617907-5593383">https://www.istockphoto.com/br/foto/roendo-unha-gm170617907-5593383</a>. Acesso em: 5 jul. 2018.

A ansiedade pode comprometer a autoestima do indivíduo, levando à incapacidade, pois o indivíduo se julga inapto a tomar decisões e agir, o que compromete seu dia a dia.

#### Síndrome do pânico

Esta síndrome é um tipo de transtorno de ansiedade. O indivíduo apresenta crises de desespero e medo exacerbado de que algo ruim aconteça, mesmo sem motivo aparente.

Estas crises inesperadas e recorrentes comprometem a rotina e os fazeres do indivíduo, que teme perder o controle ou mesmo ter um ataque cardíaco.

Figura 2.2 | Síndrome do pânico



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-reza-em-um-lugar-escuro-gm543574284-97564899">https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-reza-em-um-lugar-escuro-gm543574284-97564899</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

#### As influências do estresse na imagem pessoal

O estresse nunca esteve tão presente na vida das pessoas como atualmente. O tempo torna-se mais escasso, a cobrança cresce significativamente e as obrigações batem de frente com os princípios. Exige uma adaptação geral do organismo em termos físicos, mentais e sociais, muitas vezes acarretando adoecimento. Ou seja, não é uma doença, mas pode se tornar quando o indivíduo perde a capacidade de se ajustar aos estímulos estressantes.

#### O estresse e a acne

Ao enfrentar situações estressantes, o indivíduo pode apresentar reações orgânicas que o levam ao desequilíbrio funcional de algum órgão. Se este órgão for a pele, é possível desencadear a acne. O processo da acne se desenvolve neste caso, pois o organismo, ao identificar uma situação de ameaça, libera hormônios que agem sobre a unidade pilossebácea, causando a hipertrofia das glândulas, aumentando a produção do sebo e predispondo também infecções cutâneas.

Como o estresse faz parte da vida, inevitavelmente a acne poderá estar sempre presente, em qualquer idade, e tratamentos especializados deverão ser aplicados, realizados por profissionais capacitados, que devem orientar os devidos cuidados e promover maior bem-estar.

Nestes casos em que o estresse exerce influência sobre a saúde como um todo, uma abordagem multiprofissional tornase de grande valia, e o tecnólogo em Estética e Cosmética pode atuar no alívio das tensões e em uma melhor qualidade de vida por meio dos recursos manuais associados à cromoterapia e à aromaterapia, tais como a massagem relaxante, a drenagem linfática manual, a massagem com pedras e bambus, a massagem com as pindas chinesas, a reflexologia, e na área da estética facial, mais especificamente nos casos de acne, em tratamentos como a limpeza de pele e protocolos para o tratamento e controle da acne.

É de conhecimento que as técnicas manuais promovem relaxamento e bem-estar, melhorando quadros de ansiedade e tensões.



A ansiedade, a depressão e a síndrome do pânico refletem na saúde da pele. Alterações como vitiligo, acne, psoríase, rosácea e herpes podem ser desencadeadas por agentes estressores.

Cabe ao tecnólogo em Estética e Cosmética, juntamente com o médico dermatologista, traçar o plano de tratamento para a acne.

Figura 2.3 | Acne vulgar



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/pele-acne-qm660804440-120515995">https://www.istockphoto.com/br/foto/pele-acne-qm660804440-120515995</a>. Acesso em: 5 jul. 2018.



De que maneira o profissional da área da Estética e Cosmética deve direcionar o seu trabalho ao se deparar com situações em que a parte psicológica interfere na imagem pessoal?

## O papel do tecnólogo em Estética

Frente a estas alterações de cunho emocional como o estresse, a síndrome do pânico e a ansiedade, o papel do tecnólogo em Estética e Cosmética é fundamental e pode ser trabalhado em diversos protocolos diferentes, associando as técnicas manuais com a aromaterapia.

Nos casos da síndrome do pânico e das crises de ansiedade, o cliente pode se beneficiar com o uso das técnicas manuais, nos

protocolos estéticos que induzem o relaxamento com o intuito de promover o equilíbrio do corpo, da mente e do espírito.

Associar as técnicas das terapias alternativas também é de grande valia e com resultados satisfatórios por meio da auriculoterapia, trabalhando os pontos relacionados com o sistema nervoso central, da massagem com pedras quentes e *candle massage*, que induzem o relaxamento, e dos escalda-pés associados aos óleos essenciais, com finalidade calmante.

Pensando no tratamento da acne, disfunção cutânea que pode estar associada a agentes estressores, as técnicas de higienização facial, a limpeza de pele e a aplicação de protocolos específicos para a acne, como os peelings faciais, são procedimentos que podem ser realizados.



Indicamos a leitura deste artigo científico no qual você encontrará informações sobre as alterações corporais relacionadas com a ansiedade:

VERÍSSIMO, F. et al. Perturbação dismórfica corporal: um desafio em dermatologia. **Revista da SPDV**, v. 70, n. 1, 2012. Disponível em: <a href="https://revista.spdv.com.pt/index.php/spdv/article/view/36/37">https://revista.spdv.com.pt/index.php/spdv/article/view/36/37</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

É muito importante o trabalho das terapias alternativas para clientes que sofrem com ansiedade e síndrome do pânico, por exemplo. Desta forma indicamos a leitura deste artigo que trata de aromaterapia, cromoterapia e a musicoterapia associadas aos tratamentos estéticos:

BÜCKER, J.; CUNHA, J.; MACHADO, M. Aromateria, cromoterapia e musicoterapia associadas aos tratamentos estéticos. Disponível em: <a href="http://siaibib01.univali.br/pdf/Jamine%20B%C3%BCcker,%20Juliana%20Cunha.pdf">http://siaibib01.univali.br/pdf/Jamine%20B%C3%BCcker,%20Juliana%20Cunha.pdf</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

Neste vídeo você encontrará informações sobre a auriculoterapia no tratamento da ansiedade:

Auriculoterapia para ansiedade. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=DdW9Il8HDxs">https://www.youtube.com/watch?v=DdW9Il8HDxs</a>. Acesso em: 5 jul. 2018.

#### Sem medo de errar

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebe para atendimento a cliente Valéria, que trabalha na Bolsa de Valores. Devido à pressão que seu emprego exerce, ela foi se tornando uma pessoa extremamente ansiosa, nervosa e estressada, o que lhe acarretou o desenvolvimento da síndrome do pânico, refletindo em sua imagem pessoal. Ela apresentou quadros de onicofagia (ato de roer unhas), tricotilomania (ato de arrancar os fios de cabelos), psoríase (erupção de placas eritematosas cobertas de escamas esbranquiçadas ou nacaradas) e alterações hormonais e metabólicas que influenciaram no aparecimento da acne vulgar e no aumento do peso. De que maneira você pode auxiliar Valéria a recuperar sua autoestima? Quais são os procedimentos que podem ser utilizados pelos tecnólogos em Estética e Cosmética?

## Avançando na prática

Ansiedade e estresse e a sua relação com a qualidade cutânea

#### Descrição da situação-problema

A paciente Renata Alves dos Santos, de 40 anos, apresenta quadro de hipertensão e sobrepeso, sofre com ansiedade e compulsão alimentar, além de ter desenvolvido um quadro de acne severa, e foi encaminhada para o centro de Estética para tratamento da ansiedade e das alterações de pele.

#### Resolução da situação-problema

Para o quadro da compulsão alimentar e a ansiedade, sessões de auriculoterapia associadas à massagem relaxante com pedras irá proporcionar maior qualidade de vida à cliente, além de auxiliar na diminuição da ansiedade e do estresse.

As alterações cutâneas serão tratadas inicialmente com limpeza de pele profunda associada a peelings químicos que promovam melhora no aspecto da acne.

É muito importante a existência de um trabalho interdisciplinar como a ação conjunta com o médico dermatologista além de um psicológico como forma de promover um tratamento global para o cliente, proporcionando-lhe uma melhor qualidade de vida.

## Faça valer a pena

**1.** A ansiedade e o estresse são transtornos que afetam o sistema nervoso e que podem se manifestar de diferentes maneiras, variando entre os indivíduos. Acometem grande parte da população, sendo expressiva em ambos os sexos.

Um dos órgãos que pode ser afetado é o sistema tegumentar. Quais são as alterações cutâneas que podem estar presentes?

- I. Xantelasma palpebral.
- II. Desordens periorbitais.
- III. Vitiligo e xantelasma palpebral.
- IV. Acne e desordens periorbitais.
- V. Vitiligo, acne, psoríase.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) Todas as asserções estão corretas.
- b) Está correta apenas a asserção I.
- c) Estão corretas as asserções I e II.
- d) Estão corretas as asserções I e III.
- e) Está correta apenas a asserção V.
- **2.** A área da estética e cosmética está crescendo a cada dia, e muitos tratamentos estão sendo utilizados para as diferentes alterações estéticas. Nos dias atuais, o estresse faz parte da vida de grande parcela da população, influenciando na qualidade de vida das pessoas. Para o tratamento do estresse e da ansiedade, quais são os procedimentos estéticos que podem ser realizados?
- I) Procedimentos na área facial, como drenagem linfática manual.
- II) Procedimentos na área da estética capilar, como a hidratação e a massagem capilar.
- III) Procedimentos na área da estética corporal, como massagem relaxante.
- IV) Massagem relaxante com bambu, que é único procedimento permitido para o tratamento da ansiedade e do estresse.
- V) Massagem relaxante, com pedras, velas e bambus, auriculoterapia, reflexologia e tratamentos faciais para a acne.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) As asserções I e II estão corretas.
- b) A asserção I está correta.
- c) As asserções II e IV estão corretas.
- d) As asserções II e III estão corretas.
- e) Somente a asserção V está correta.
- **3.** A ansiedade e o estresse são transtornos que afetam o sistema nervoso e que podem se manifestar de diferentes maneiras nos indivíduos, acometendo ambos os sexos.

A massagem relaxante é um dos tratamentos estéticos propostos. De que forma a massagem relaxante age nos sistemas corporais e no sistema nervoso?

- I- As manobras da massagem promovem a vasodilatação no local onde a massagem está sendo realizada.
- II- A massagem promove aumento do fluxo circulatório.
- III- A técnica de massagem clássica promove o relaxamento do corpo e o alívio das tensões musculares.
- IV-O único efeito promovido pela massagem é sobre o sistema circulatório.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) As asserções I e IV estão corretas.
- b) As asserções II e IV estão corretas.
- c) As asserções III e IV estão corretas.
- d) As asserções I, II e III estão corretas.
- e) Apenas a asserção IV está correta.

# Seção 2.2

# Senso de identidade, autoimagem e questões psicológicas no contexto da imagem pessoal

### Diálogo aberto

O cuidado com a aparência e com o corpo, devido à imposição da moda e da sociedade, diversas vezes tem contribuído de maneira significativa para o aumento dos transtornos alimentares. Crenças culturais, modismo e normas sociais determinam a relação do indivíduo com o próprio corpo. A imposição por corpos esguios e a ditadura da magreza contribuem para agravar os transtornos alimentares, os quais refletem na qualidade de vida das pessoas. A sociedade discrimina os indivíduos não atraentes fisicamente, e as pessoas são julgadas pelos padrões vigentes de beleza. É dentro deste contexto que surge a situação-problema desta seção.

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebeu para atendimento a Bianca, que sempre sofreu com o excesso de peso, quando criança era considera obesa e sofria bullying dos colegas de colégio. Com o avançar da idade e entrando na adolescência, ela foi emagrecendo e conseguiu chegar ao peso ideal, mas isso já não lhe bastava mais, pois, ao se olhar no espelho, enxergava-se cada vez mais acima do peso. Aos 19 anos começou a apresentar atrofia muscular, queda de cabelo, pele desidratada, amenorreia (falta de menstruação), calos nos dedos das mãos e degradação excessiva da gordura corporal, levando a um diagnóstico de anorexia nervosa acompanhada de bulimia nervosa. Para alcançar um tratamento eficaz, ela busca o auxílio de vários profissionais, dentre eles os profissionais da área da estética e cosmética. De que maneira você pode auxiliála a recuperar sua autoestima? Quais são os procedimentos permitidos e de que forma eles podem ser utilizados?

#### Não pode faltar

A busca por uma personalidade definitiva visa propiciar distorções e alterações de valores em referência ao que se torna importante ou não para o indivíduo. O autoconhecimento é ininterrupto, principalmente em uma sociedade como a que vivemos atualmente, na qual tudo tem se tornado obsoleto rapidamente. As indagações e a procura por obtenções de respostas sobre a situação do indivíduo no mundo indicam também a passagem desse indivíduo pelos processos de intervenções corporais.

O processo de organização da imagem pessoal possui partes integrantes, como a composição da imagem corporal, as experiências e as sensações adquiridas pelo meio social, mediante ações e reações de outras pessoas. A relação da aparência corporal e da imagem pessoal está associada com a forma do indivíduo se apresentar e representar na sociedade em que está inserido.

# **Exemplificando**

A autoimagem corresponde àquilo que o indivíduo pensa que é, caracterizando seus traços físicos e psicológicos, suas qualidades e defeitos, as possibilidades e restrições, as forças e fraquezas.

É uma construção interna que sofre forte influência do que cada pessoa percebe sobre si mesma com base no que as demais pessoas demonstram pensar a respeito dela.

As crianças nascem sem o senso do eu, o qual se forma a partir da interação com os pais e com o mundo, pois uma criança não tem autoavaliação. O retorno dado pelas outras pessoas é que vai dando forma a como ela se enxerga. A partir do momento em que nossa capacidade cognitiva se torna apta, podemos e devemos nos questionar, desafiando e reconstruindo nossa autoimagem.

Já o autoconceito é uma construção do que a pessoa pensa sobre si e do modo como ela percebe o que as outras pessoas pensam dela, também em relação às suas competências nas atividades cotidianas e suas interações sociais, funcionando como um ajuste do seu eu subjetivo com o mundo exterior. Conforme seu desempenho, a pessoa se identifica como competente ou incompetente.

Nos casos dos transtornos alimentares como a bulimia e a anorexia nervosa, existem alterações da autoimagem e do autoconceito.

A satisfação corporal representa o elemento afetivo da imagem corporal, permitindo o correto desempenho emocional e social do indivíduo frente a sociedade em que está inserido. A satisfação corporal e a autopercepção são fatores essenciais na autoaceitação das pessoas, podendo gerar atitudes que afetam seu convívio social. Em contrapartida, a insatisfação corporal pode acarretar pensamentos e sentimentos negativos, exercendo influência no bem-estar emocional e na qualidade de vida da pessoa.

No mundo de hoje, são nitidamente discriminados os indivíduos que não são considerados como o fenótipo da beleza.



Os cuidados com a aparência do corpo, devido à imposição da moda, da sociedade e da mídia, têm colaborado de maneira significativa para o aumento dos transtornos alimentares. A imposição por corpos esguios e a ditadura da magreza contribuem para agravar os transtornos alimentares, refletindo na qualidade de vida das pessoas. A sociedade discrimina os indivíduos não atraentes fisicamente, e as pessoas são julgadas pelos padrões vigentes de beleza.

Segundo Menezes (2012), os transtornos alimentares são distúrbios psiquiátricos que levam a incapacidades, caracterizam-se por alterações nos hábitos alimentares, comprometendo a saúde física e psicossocial, e traduzem-se na preocupação excessiva com o peso e a forma do corpo. Podem ter causas multifatoriais, como genéticas, socioculturais e psicológicas.

Os fatores individuais estão associados a transtornos de personalidade, ocorrendo alguns traços característicos, como a obsessividade, o perfeccionismo, a passividade e a introversão. Os fatores somáticos, conforme apontam pesquisas, estão associados à puberdade precoce, o que é um fator de risco para os TA. O excesso de gordura corporal em meninas na fase da adolescência leva à alteração da autoimagem corporal e, em consequência disso, a preocupações com o peso. Os fatores hereditários e a influência genética, associados à influência da sociedade, também contribuem para o desenvolvimento desses transtornos.

Dentre os transtornos alimentares estão a anorexia nervosa e a bulimia nervosa. Embora sejam classificados separadamente, os dois transtornos são semelhantes por apresentarem psicopatologia comum, caracterizando-se por uma excessiva preocupação com o peso e a forma corporal, levando os indivíduos acometidos por tais síndromes a fazer dietas extremamente restritivas ou a utilizar métodos inadequados a fim de atingir o corpo desejado, tal como o uso de laxantes e/ou diuréticos, vômito autoinduzido e excesso de exercícios físicos.

#### Anorexia nervosa

A principal característica clínica da anorexia nervosa é a autoinanição voluntária, a qual resulta em emaciação (perda de peso e tecido muscular em excesso). Essa doença tem maior prevalência no sexo feminino.

Fatores genéticos, biológicos e psicossociais contribuem para o surgimento desse transtorno.

Os indivíduos com anorexia nervosa apresentam uma distorção da imagem corporal, que faz com que se sintam acima do peso, apesar do estado caquético.

A anorexia leva a prejuízos no funcionamento do organismo devido à falta de nutrientes, o que compromete a saúde. A lista de danos à saúde que explicam a razão do alto índice de mortalidade entre os portadores de anorexia é grande: diminuição da disposição, dores de cabeça e tonturas, problemas de pele, arritmias, hipotermia, anemia, lesão nos rins e fígado, desequilíbrio eletrolítico, infertilidade, depressão, insuficiência de potássio, diminuição da libido e, nas mulheres, interrupção da menstruação e nascimento de pelos, e demais prejuízos à saúde.

Pessoas com esse distúrbio apresentam biotipo caquético, cabelo e unhas secas e quebradiças, intolerância ao frio e cianose nas extremidades. Alterações gastrointestinais também estão presentes, como a diminuição da motilidade intestinal e constipação, abdome distendido e sensação prolongada de plenitude gástrica. Além disso, pode ser observada perda óssea significativa em ambos os sexos.

Figura 2.4 | Anorexia nervosa



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/anorexia-magrela-anor%C3%A9xica-garota-segurando-urma-colher-e-olhar-para-o-prato-com-comida-gm700268326-129620537">https://www.istockphoto.com/br/foto/anorexia-magrela-anor%C3%A9xica-garota-segurando-urma-colher-e-olhar-para-o-prato-com-comida-gm700268326-129620537</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.



Pesquise mais sobre o assunto lendo os seguintes artigos científicos:

BRANDINI, V. Bela de morrer, chic de doer, do corpo fabricado pela moda: o corpo como comunicação, cultura e consumo na moderna urbe. **Contemporânea**, v. 5, n. 1 e 2, dez. 2007. Disponível em: <a href="https://portalseer.ufba.br/index.php/contemporaneaposcom/article/view/3508/2563">https://portalseer.ufba.br/index.php/contemporaneaposcom/article/view/3508/2563</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

FARAH, M. H. S.; MATE, C. H. Uma discussão sobre as práticas de anorexia e bulimia como estéticas de existência. **Educ. Pesqui**., São Paulo, v. 41, n. 4, p. 883-898, out./dez. 2015. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/pdf/ep/v41n4/1517-9702-ep-1517-97022015021539">http://www.scielo.br/pdf/ep/v41n4/1517-9702-ep-1517-97022015021539</a>. pdf>. Acesso em: 5 jul. 2018.

GONZALEZ, G. A. L.; SACOMANI JUNIOR, E.; RONDINA, R. C. As vivências de um grupo de pacientes com transtornos alimentares: a relação com o espelho e a imagem corporal. **Revista Subjetividades**, Fortaleza, v. 14, n. 3, p. 383-394, dez. 2014. Disponível em: <a href="http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rs/v14n3/03.pdf">http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rs/v14n3/03.pdf</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

#### **Bulimia**

A bulimia nervosa se caracteriza por episódios recorrentes de compulsão alimentar seguidos de comportamentos compensatórios

impróprios (vômito autoinduzido, uso abusivo de laxantes e diuréticos, exercício compulsivo ou jejum) para prevenir o ganho de massa corporal.

Durante as compulsões, o indivíduo come sem sentir fome e ingere alimentos calóricos, fugindo da dieta restritiva alimentar habitual.

Os indivíduos diagnosticados com a bulimia nervosa estão dentro da variação de peso e se envolvem em comportamentos compensatórios com a intenção de contrabalançar as compulsões alimentares.

Os sinais clínicos são mais difíceis de detectar, uma vez que os indivíduos apresentam massa corporal adequada e são reservados quanto ao seu comportamento. Quando ocorrem os episódios de vômitos, os quais são frequentemente induzidos, é possível que haja evidências clínicas, como: feridas no dorso da mão utilizada para provocar o reflexo da ânsia; glândula parótida aumentada; e erosão do esmalte dos dentes, resultante da frequente presença de ácido gástrico na boca. Também, podem-se apresentar esofagite, dores abdominais, dilatação e ruptura gástrica. O uso abusivo de laxantes pode acarretar desidratações, sangramento retal e cólicas intestinais.

Figura 2.5 | Bulimia



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/doente-mulher-em-frente-de-um-sanit%C3%A1riogm518814250-90236907">https://www.istockphoto.com/br/foto/doente-mulher-em-frente-de-um-sanit%C3%A1riogm518814250-90236907</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.



Os transtornos alimentares são doenças psiquiátricas de grande complexidade e que necessitam de acompanhamento e tratamento

psicológico. De uma maneira geral, são considerados de difícil tratamento, em função de sua complexa etiologia multifatorial.

Diante do exposto, quais hábitos alimentares devem ser instituídos?

O equilíbrio é a palavra-chave. É importante priorizar alimentos saudáveis e nutritivos, mas eventualmente um pedaço de pizza ou um chocolate fazem bem, não é mesmo? Libera serotonina e endorfinas, o que aumenta o bem-estar e o prazer.

Você já parou para pensar de que maneira estes transtornos alimentares impactam na saúde dos indivíduos e consequentemente na imagem pessoal?

Diante deste contexto, o papel do tecnólogo em Estética e Cosmética é auxiliar estes clientes trabalhando a autoestima e a qualidade de vida e fazer com que os indivíduos desenvolvam uma autoimagem adequada, valorizando os pontos fortes de suas características.

#### Sem medo de errar

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebeu para atendimento a Bianca, que sempre sofreu com o excesso de peso, quando criança era considera obesa e sofria bullying dos colegas de colégio. Com o avançar da idade e entrando na adolescência, ela foi emagrecendo e conseguiu chegar ao peso ideal, mas isso já não lhe bastava mais, pois, ao se olhar no espelho, enxergava-se cada vez mais acima do peso. Aos 19 anos começou a apresentar atrofia muscular, queda cabelo, pele desidratada, amenorreia (falta de menstruação), calos nos dedos das mãos e degradação excessiva da gordura corporal, levando a um diagnóstico de anorexia nervosa acompanhada de bulimia nervosa. Para alcançar um tratamento eficaz, ela busca o auxílio de vários profissionais, dentre eles os profissionais da área da estética e cosmética. De que maneira você pode auxiliar Bianca a recuperar sua autoestima? Quais são os procedimentos permitidos e de que forma eles podem ser utilizados?

Você deverá desenvolver em um primeiro momento um vínculo com seu cliente, que precisará confiar em você e em seus procedimentos estéticos. Faça com que ele valorize suas próprias características físicas.

Algumas das características dos indivíduos que apresentam anorexia é a desidratação excessiva da pele e a flacidez muscular e tissular.

Para tratamento da pele seca, há protocolos para melhorar os aspectos da pele por meio do uso da cosmetologia, dos recursos manuais e da eletroterapia.

Para o tratamento da flacidez de pele, há protocolos com associação da radiofrequência. Já para a flacidez muscular, existem protocolos associando a cosmetologia e a estimulação russa.

## Avançando na prática

## Protocolos estéticos para os tratamentos dos transtornos alimentares

#### Descrição da situação-problema

Marina é uma jovem senhora com 40 anos de idade que estava com sobrepeso, mas que nunca se preocupou com os quilos a mais que ganhou ao longo dos tempos. Há cinco meses viu seu mundo desmoronar após a separação e saber que o marido estava com uma moça bem mais jovem que ela. Sofreu muito e durante este processo desenvolveu a bulimia nervosa, que a levou para uma gastrite bem grave. Marina procurou o seu centro estético por indicação de uma amiga. E agora, como você, enquanto profissional, vai trabalhar com Marina?

## Resolução da situação-problema

Em um primeiro momento, devemos fazer com que Marina sinta-se à vontade em nosso centro de estética. Uma vez que seu transtorno tem caráter psicológico, a proximidade com a cliente auxiliará bastante no bem-estar dela.

Sessões de massagem relaxante com uso de óleos essenciais, como lavanda, que trazem bem-estar, bem como sessões de

reflexologia, auriculoterapia e shiatsu corporal trazem excelentes resultados. Para auxiliar na autoestima e na satisfação com a imagem pessoal da cliente, na redução de medidas podem ser utilizados protocolos associando a cosmetologia, a eletroterapia e os recursos estéticos manuais.

## Faça valer a pena

**1.** É considerada um transtorno alimentar e está associada com o excesso de preocupação com o peso corporal. Pode provocar problemas psiquiátricos e fisiológicos e levar o indivíduo à morte. Nesta disfunção o indivíduo priva o organismo de alimento da mesma maneira que a pessoa que sofre de inanição. A falta de nutrientes prejudica todo o funcionamento do organismo, e, além do peso, perde-se também a saúde.

As características citadas descrevem:

- I- Anorexia nervosa.
- II- Bulimia.
- III- Transtornos de imagem pessoal caracterizado pelo comportamento de vômito autoinduzido.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) Somente a asserção I está correta.
- b) Somente a asserção II está correta.
- c) Somente a asserção III está correta.
- d) Apenas as asserções I e II estão corretas.
- e) Apenas as asserções I e III estão corretas.
- **2.** Os transtornos alimentares devem ser tratados por uma equipe multiprofissional como nutricionistas, médicos e tecnólogos em estética e cosmética.

Quais são os procedimentos estéticos indicados para os casos de anorexia nervosa?

- I- Peeling de ácido retinoico.
- II- Procedimentos estéticos que visam a redução de gorduras.
- III- Procedimentos estéticos que auxiliam na flacidez tissular e muscular.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) Todas as asserções estão corretas.
- b) A asserção I está correta.
- c) A asserção II está correta.
- d) As asserções I e II estão corretas.
- e) A asserção III está correta.
- **3.** A área da estética está em constante evolução, e muitos procedimentos podem ser utilizados para aqueles indivíduos que procuram tratamento devido a problemas de transtornos alimentares ou para melhorar a imagem pessoal.

Quais são os procedimentos estéticos indicados para auxiliar estes indivíduos?

- I- Tratamentos com as técnicas das terapias alternativas, como a reflexologia e a auriculoterapia, são indicados.
- II- Apenas tratamentos relacionados às técnicas manuais devem ser empregados.
- III- Procedimentos faciais como a massagem facial.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) As asserções I e III estão corretas.
- b) As asserções II e III estão corretas.
- c) Apenas a asserção II está correta.
- d) Apenas a asserção III está correta
- e) Apenas a asserção I está correta.

# Seção 2.3

# A construção da imagem pessoal de acordo com os diferentes tipos físicos

## Diálogo aberto

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebeu para atendimento a Maria Fernanda, que é uma profissional competente, com conhecimentos que a destacam dos demais companheiros de trabalho, o que a torna a funcionária mais produtiva do setor. A empresa em que trabalha é mundialmente conhecida e leva seu trabalho para diversos países, porém, todas as vezes em que a empresa vai ser representada, Maria Fernanda é esquecida, e isto se deve à sua imagem pessoal, que não é nem um pouco valorizada por ela mesma. Suas roupas, seu estilo e seu corte de cabelo não valorizam suas características e muitas vezes dão a impressão de desleixo. Desta forma, pontue qual é a importância e de que maneira a imagem pessoal pode contribuir de maneira positiva para Maria Fernanda, visto que ela não usa roupas adequadas ao seu tipo físico e seu corte de cabelo não é adequado ao formato do seu rosto. Além disso, de que forma os alunos de Estética podem contribuir para a construção de uma imagem pessoal positiva para os indivíduos.

## Não pode faltar

O rosto tem uma relação direta com as pessoas, e a sua relação com a própria identidade é o aspecto mais importante na construção da imagem pessoal. Para a autoestima e a autoconfiança, deve existir um equilíbrio com a imagem do rosto e a imagem interna. Esta relação com as características da face tem sido objeto de estudo há cinco mil anos pelos chineses, que buscavam estudar tanto o formato ou a forma do rosto, quanto o caráter e a personalidade individual.

Ao longo da história, o estilo pessoal foi cultivado por Cleópatra, Maria Antonieta, Lourde Byron e outros. Até pouco tempo atrás, ter um estilo significava expressar os princípios e as crenças de um grupo, e não do indivíduo.

O conceito visagismo tem como objetivo a personificação da imagem pessoal para definir cada indivíduo. Busca identificar sempre o tipo físico, os traços de personalidade, a profissão, as preferências pessoais, para somente depois concretizar o visual.

Entende-se por visagista um escultor do rosto e das características faciais, ou seja, é o profissional que exerce e aplica as técnicas de embelezamento, transformando desta forma o rosto por meio de cosméticos, tinturas, corte de cabelo, penteados, etc., e interagindo com o formato do rosto e das feições.

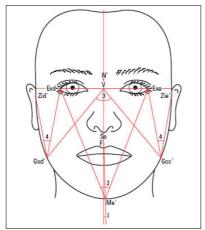
O visagista deve adquirir conhecimento sobre as ferramentas da linguagem visual, que são diretrizes básicas que influenciam nos conceitos de harmonia e estética.

#### Estrutura facial, linhas e formas

Visagismo se refere à leitura da imagem humana expressada por meio de linhas da face em comparação com as formas geométricas.

As formas geométricas e as estruturas são padrões que o visagista deve ser capaz de reconhecer e saber como funcionam se quiser criar novos padrões ou modificar os existentes.

Figura 2.6 | Medidas e ângulos faciais



Medidas fotométricas angulares

01 - Ângulo da simetria facial

02 - Ângulo da abertura facial modificado

03 - Ângulo V

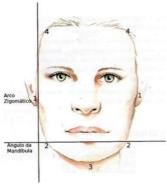
04 - Simetria entre o lado direito e esquerdo da face

Fonte: <a href="http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=\$1415-54192004000300006">http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=\$1415-54192004000300006</a>. Acesso em: 6 jul. 2018.

Quando falamos em linhas que estruturam a face, visualizamos quatro tipos: linhas verticais, linhas horizontais, linhas inclinadas e linhas curvas

- Linhas verticais e horizontais: o retângulo e o quadrado são formados por essas linhas. Os rostos que contemplam este tipo de linhas remetem a segurança, frieza e intelectualidade. É uma boa opção de corte de cabelo para mulheres de negócios que desejam passar uma imagem de eficiência.
- Linhas inclinadas: os triângulos contêm ângulos formados por linhas inclinadas. A base horizontal proporciona estabilidade, enquanto os outros lados, dinamismo. Cabelos cortados com ângulos expressam dinamismo e certo ar de rebeldia, por causa da instabilidade e do dinamismo transmitido pelos movimentos. O triângulo invertido, a linha inclinada da nuca para cima, expressa energia e leveza. Na maquiagem, as pinceladas inclinadas são usadas para dar movimento a certos tipos de rostos, como o quadrado e o circular.
- Linhas curvas: os indivíduos que possuem face com predominância de linhas curvas são conhecidos por características mais marcantes, chamadas de características quentes (linhas marcantes). Quando longas e onduladas, as linhas curvas proporcionam paz, calma, sensualidade e romantismo. As que têm forma de arco criam uma sensação de elegância. Como as curvas fechadas são ligadas às emoções conturbadas, devemos evitar esse tipo de estrutura no visagismo (no corte, na maquiagem e na modelagem de sobrancelhas).

Figura 2.7 | Linhas faciais



Fonte: <a href="https://espacodondokas.files.wordpress.com/2015/10/hexagonal.png?w=748">https://espacodondokas.files.wordpress.com/2015/10/hexagonal.png?w=748</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

A seguir temos as descrições dos formatos de rosto e suas particularidades:

#### Rosto oval ou redondo:

Este formato de rosto se caracteriza por testa arredondada e têmporas não muito profundas. A altura do rosto é um pouco maior do que sua largura. Este formato é comum em asiáticos e indígenas.

#### Rosto quadrado e retangular:

Apresentam traços retos, têmporas não muito profundas, linha do cabelo reta, saliência na região do zigomático e na lateral da mandíbula. A diferença entre o rosto quadrado e o rosto retangular é que este é um pouco mais longo. Rostos retangulares são muito comuns em pessoas naturais do norte da Europa, em alemães, escandinavos, ingleses, americanos e nos brasileiros do sul.

### Rosto triangular:

Também conhecido como formato de pera, esse tipo de rosto possui área da mandíbula mais larga, por ser bastante evidente e quadrada, enquanto a testa é pequena e estreita, ou seja, a linha da maçã do rosto até a mandíbula inclina-se para fora, e as têmporas são profundas.

#### Rosto triangular invertido:

Entre suas características temos testa larga e mandíbula estreita. As regiões zigomáticas não são muito salientes, tampouco as têmporas são profundas. Outra característica deste tipo de rosto é uma linha contínua que vai da maçã do rosto até o queixo.

## • Rosto hexagonal (reto nas laterais):

Assemelha-se ao rosto oval, porém com ângulos bem marcantes. A região da testa é em forma de trapézio com têmporas profundas, o queixo apresenta-se mais pronunciado e a curva mandibular fica na altura da boca.

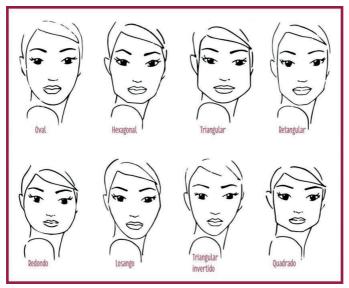
## Rosto hexagonal (reto na base):

Este tipo de rosto muitas vezes é confundido com o triangular invertido, porém este se caracteriza por queixo e testa largos. O formato do rosto hexagonal reto na base apresenta, no entanto, as maçãs do rosto salientes e o ângulo da mandíbula inclinado.

## Rosto losango:

Este rosto apresenta semelhança com o triangular invertido, no entanto a principal característica do rosto losango é com relação à testa, que é mais estreita, formando uma curvatura pronunciada, e as maçãs do rosto salientes. São formatos de rosto encontrados no Brasil

Figura 2.8 | Formatos de rostos



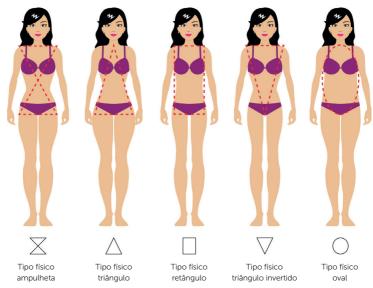
Fonte: <a href="https://superelaproduction.blob.core.windows.net/images/2014/11/formato-de-rosto.jpg">https://superelaproduction.blob.core.windows.net/images/2014/11/formato-de-rosto.jpg</a>. Acesso em: 6 jul. 2018.

## Tipos físicos corporais

As formas físicas variam de pessoa para pessoa e mudam com o passar do tempo. São refletidas por diversos fatores, como as características genéticas herdadas, que exercem grande influência, e o estilo de vida, como a alimentação e a prática de atividade física.

Ao descobrirmos o nosso tipo físico, saberemos o que usar, realçando e valorizando o que temos de mais bonito e disfarçando aquilo que não nos é favorável. Existem diferentes tipos físicos, tais como: ampulheta, triângulo, retângulo, triângulo invertido e oval. As formas geométricas e as estruturas são padrões que o visagista deve ser capaz de reconhecer e saber como funcionam caso queira criar novos padrões ou modificar os existentes.

Figura 2.9 | Tipos físicos



Fonte: <a href="https://media.istockphoto.com/vectors/five-types-of-the-female-body-vector-id620699246">https://media.istockphoto.com/vectors/five-types-of-the-female-body-vector-id620699246</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

## Tipo físico triângulo:

Corpos caracterizados por ombros estreitos, isto é, parte superior do corpo mais fina que a inferior, devem ser valorizados utilizando acessórios na região do colo (como colares extensos, decote, lenço e echarpe) e da cintura (com cintos largos), para atrair menor atenção para a parte inferior do corpo. O ideal é que exista um equilíbrio entre a região dos ombros e quadril, chamando a atenção para a parte superior.

## Tipo físico retângulo:

Neste tipo físico, os ombros, os quadris e a cintura possuem a mesma largura, portanto é indicado que uma das partes do corpo tenha destaque. O indivíduo deve verificar qual parte do seu corpo quer que chame atenção.

## • Tipo físico triângulo invertido:

Este biotipo corporal se caracteriza pela região superior mais larga que a região inferior do corpo. O ideal é que a região inferior seja evidenciada, promovendo uma proporcionalidade entre as duas partes do corpo, a fim de melhorar a imagem pessoal do indivíduo.

## • Tipo físico ampulheta:

Este tipo físico é bastante privilegiado, pois a mulher apresenta corpo proporcional, uma vez que os ombros seguem a mesma linha dos quadris e a cintura bem desenhada.

## Tipo físico oval:

O corpo é mais arredondado, os seios são maiores e as pernas mais grossas. Para alongar a silhueta, é recomendado destacar o rosto e o colo, escolhendo roupas que atraiam o olhar na direção vertical. Ao trabalhar com a imagem corporal, temos que levar em consideração todos estes aspectos, a fim de auxiliar nossos clientes a criar um estilo de acordo com as suas características pessoais.



Quando conhecemos e respeitamos os limites do nosso corpo, seja nas atividades diárias, seja no esporte e no lazer, evitamos doenças ou transtornos oriundos do trabalho excessivo. Da mesma forma, é de extrema importância a adoção de atitudes e posturas que garantam maior qualidade de vida e bons relacionamentos interpessoais.

Se começarmos a entender a relevância da imagem pessoal do indivíduo na área da beleza e da saúde, atuaremos de forma correta.

Devemos buscar conhecimentos acerca das técnicas de reconhecimento do biotipo corporal e de formatos de rosto, a fim de compreender a personalidade de cada indivíduo que receberá o atendimento. Dessa forma, mostramos ao cliente o quanto ele é importante, especial e principalmente único e que essa individualidade é o que o faz essencial para o mundo.

## Corte de cabelo dentro da imagem pessoal

Com o visagismo em alta, podemos associar a beleza do que está na moda com a personalidade, construindo uma imagem externa aliada à imagem interna. Conhecendo agora os diferentes formatos de rosto, vamos analisar os cortes de cabelos de modo a criar uma harmonia facial.



Em um atendimento na clínica de estética, quando pensamos na imagem pessoal e no visagismo relacionados ao corte de cabelo, a tipos de maquiagem e até mesmo a procedimentos estéticos na área corporal e facial, quais características individuais devem ser levadas em consideração?

Os protocolos estéticos não devem de forma alguma ser engessados e generalizados, e sim individualizados, levando em consideração todas as caraterísticas físicas e psicológicas de cada indivíduo, para que os resultados obtidos sejam satisfatórios tanto para o profissional como para o cliente.

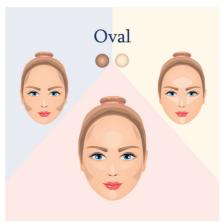


#### **Exemplificando**

#### Rosto oval:

O rosto oval possui traços suaves, logo as proporções já se encontram em harmonia, não tendo necessidade de exaltar ou esconder alguns traços, pois estão todos em equilíbrio.

Figura 2.10 | Rosto oval



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/vetor/corre%C3%A7%C3%A3o-para-rosto-oval-gm697672006-129340113">https://www.istockphoto.com/br/vetor/corre%C3%A7%C3%A3o-para-rosto-oval-gm697672006-129340113</a>. Acesso em: 6 jul. 2018.

Corte de cabelo: qualquer estilo de cortes – simétricos, assimétricos, curtos, longos, desfiados e repicados. Todos se tornam favoráveis tanto para mulheres quanto para homens.

#### Rosto redondo:

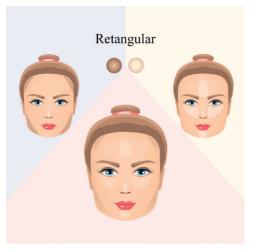
Esse tipo de rosto não apresenta ângulos. O intuito do corte ou penteado é alongar a face.

Corte de cabelo: utilizar as técnicas de desfiar ou repicar as laterais a fim de estreitar o rosto. Os cortes devem ser no comprimento médio, na altura do ombro, ou longo, pois esse tipo de rosto tem a tendência de pescoço grosso e curto. Para homens, os cortes devem ser quadrados, com franja curta e costeletas, afinando as laterais, ou fios desfiados no topo da cabeça.

#### Rosto retangular:

Este tipo de rosto apresenta traços marcantes nas laterais.

Figura 2.11 | Rosto retangular



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/vetor/corre%C3%A7%C3%A3o-para-rosto-retangular-gm697671954-129340109">https://www.istockphoto.com/br/vetor/corre%C3%A7%C3%A3o-para-rosto-retangular-gm697671954-129340109</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

Corte de cabelo: corte abaixo do ombro, a fim de dar volume nas laterais para suavizar esses traços. Outra opção é o uso de franja, que ajuda a diminuir o comprimento do rosto. Evite penteados que dividam o cabelo ao meio e cabelos muito curtos, que realçam o comprimento do rosto. Para homens, vale apostar nos desfiados ou repicados, puxando os fios em direção à testa para diminuir o comprimento do rosto com ajuda da franja.

#### Rosto triangular invertido:

O ângulo fechado do queixo torna essa região muito pontuda, portanto é preciso suavizá-la. A parte superior (frontal) é mais larga e o zigomático é mais pronunciado.

Corte de cabelo: é indicado para as mulheres os cortes repicados e os penteados com franja lateral, dando volume na altura da mandíbula a fim de conferir aumento na largura da parte inferior do rosto. Devemos evitar cortes retos. Para cortes masculinos, é indicado corte repicado, franja ou cabelo de comprimento médio que dê volume à região da mandíbula.





Fonte: <a href="feft-sub-red"><a href="feft-sub-red">feft-sub-red"><a href="feft-sub-red">feft-sub-red"><a href="feft-sub-red">feft-sub-red">feft-sub-red<a href="feft-sub-red">feft-sub-red<a href="feft-sub-red">fe

#### Rosto triangular:

Nesse rosto, a testa é estreita e a mandíbula, larga. O objetivo do corte é dar volume à parte superior do rosto.

Corte de cabelo: o comprimento do corte feminino é de médio a curto, podendo optar pela franja curta ou na metade do rosto. Para homens, cabelo mais longo e desfiado, que cubra a parte superior e as laterais, amenizando as proporções entre a parte superior e inferior.

#### Rosto hexagonal (reto nas laterais e nas bases):

Esse tipo de rosto lembra o formato oval, apresentando os traços angulares mais evidentes. Porém, nesse caso, o corte tem que suavizar ângulos do rosto.

Corte de cabelo: dê preferência a cabelos compridos e desfiados, à fim de alongar o rosto e diminuir os traços. Evite cortes curtos. Para homens, cortes mais compridos e franja na lateral, ajudando a harmonizar os traços.

#### Rosto losango:

Como esse rosto é estreito nas duas extremidades (superior e inferior), precisamos dar volume ao corte.

Corte de cabelo: repicado para dar volume e franja, suavizando as regiões pronunciadas do maxilar e do queixo. O corte curto e desfiado, dando mais volume na parte superior do rosto, é uma opção para mulheres e homens

#### Rosto quadrado:

Este formato de rosto apresenta traços marcantes nas laterais, com ângulos de 90°.

Corte de cabelo: é indicado corte de cabelo abaixo do ombro a fim de dar volume nas laterais para suavizar esses traços. Outra opção é o uso de franja, que ajuda a alongar o rosto. Evite penteados que dividam o cabelo ao meio e cabelos muito curtos, que realçam os ângulos do rosto. Para homens, vale apostar nos desfiados ou repicados, puxando os fios em direção à testa, para diminuir o comprimento do rosto com ajuda da franja.

Um outro ponto que exige reflexão na construção da imagem corporal está relacionado com a personalidade do indivíduo e reflete de maneira significativa em seu modo de se vestir e na sua imagem pessoal.

A personalidade de uma pessoa é desenvolvida com o passar do tempo, estabelecida por um conjunto de fatores: educação, cultura do meio em que vive, herança genética e experiências pessoais.

Da mesma forma o rosto da pessoa também se desenvolve com o passar do tempo, atingindo sua forma definitiva aos 23 anos, refletindo e acompanhando a evolução da sua personalidade.

Existem quatro categorias no sistema de avaliação dos temperamentos de pessoas criado por Hipócrates, a saber: sanguíneo, colérico, melancólico e fleumático. Todas as pessoas possuem características dessas quatro categorias, porém em diferentes graus. Tais características têm aspectos positivos, que são chamados de forças, e negativos, chamados de fraguezas. Tipos de temperamentos:

#### • Tipo sanguíneo:

Características positivas: é basicamente extrovertido, comunicativo, alegre e cheio de vida.

Características negativas: desorganizado, com dificuldade de se concentrar e esquecido.

Características físicas: transfere o peso do corpo para a frente quando anda, gesticula muito e tem fala clara e articulada.

Seu rosto tem formato angular, hexagonal com lateral reta ou losangular, o nariz é grande, os olhos podem ser amendoados ou grandes, a boca expressiva e o sorriso cativante. O cabelo é castanho, castanho claro ou loiro dourado.

## Tipo colérico:

Características positivas: determinado, objetivo, emotivo e gosta de liderar.

Características negativas: impaciente, autoritário e explosivo.

Características físicas: pisa forte com o calcanhar, tem o pescoço e os ossos fortes.

## • Tipo melancólico:

Características positivas: organizado, detalhista e perfeccionista.

Características negativas: ansioso, indeciso, tímido e quieto.

Características físicas: corpo longilíneo, porte ereto e gestos leves e delicados.

O formato do rosto pode ser oval, retangular comprido e fino, e as feições são delicadas, pequenas, agrupadas e arredondadas. O nariz é fino e longo, e a testa tem altura alta. Além disso, os olhos são caídos, o que dá um ar de tristeza, o queixo é retraído e os lábios, estreitos.

#### Tipo fleumático:

Características positivas: diplomático, pacificador, místico, com tendência a ser bonachão, amigável, agradável, alegre, sorridente, do tipo que evita confrontos e desavenças.

Características negativas: acomodado, alienado, com dificuldade para tomar decisões e não gosta de assumir posições de responsabilidade ou de liderança.

Características físicas: é o tipo que menos se importa com sua aparência, podendo chegar a ser desleixado, com tendência a engordar. Seus movimentos e gestos são lentos, e quando anda ele arrasta os pés.

O tipo fleumático apresenta como características pálpebras grandes e pesadas, lábios superiores protuberantes e geralmente rosto redondo.

## Pesquise mais

No site <www.visagismo.com.br>, você vai encontrar diversos assuntos interessantes sobre visagismo e a relação com a imagem pessoal.

Leia também o artigo que fala sobre a importância do visagismo para a construção da imagem pessoal.

FISCHER, A. F.; PHILLIPI, K.; MACEDO, C. A. **A importância do visagismo para a construção da imagem pessoal**. Disponível em: <a href="http://siaibib01.univali.br/pdf/Ana%20Flavia%20Fischer,%20Karine%20Phillipi.pdf">http://siaibib01.univali.br/pdf/Ana%20Flavia%20Fischer,%20Karine%20Phillipi.pdf</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

A preocupação com a imagem pessoal não se limita unicamente ao formato de rosto, às feições, à cor de pele, ao corte de cabelo, à maquiagem e a adornos, mas engloba também a maneira de se vestir.

O estilo pessoal faz referência a uma série de fatores nos quais o indivíduo está inserido, refletindo na sua imagem pessoal e, de certa forma, criando uma identidade visual.

Os estilos são divididos em categorias: criativo, elegante, esportivo, casual, romântico e sexy.

#### Criativo

As pessoas com este estilo priorizam mistura de cores, tecidos e texturas e possuem perfil inovador.

## Elegante

Prioriza sofisticação e refinamento. Pessoas com este estilo geralmente gostam de tecidos de ótima qualidade, grifes, roupas com poucos detalhes. São bem-sucedidas, seguras, exigentes e imponentes.

Figura 2.13 | Estilo elegante



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-elegante-com-telefone-inteligente-qm814407962-131734501">https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-elegante-com-telefone-inteligente-qm814407962-131734501</a>. Acesso em: 6 jul. 2018.

#### Estilo casual

Este estilo está diretamente associado à praticidade aliada ao conforto e geralmente compõe o guarda-roupa de pessoas mais comunicativas e espontâneas e que priorizam o estilo informal.

Figura 2.14 | Estilo casual



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-moderna-gm696869378-129018565">https://www.istockphoto.com/br/foto/mulher-moderna-gm696869378-129018565</a>>. Acesso em: 18 jul. 2018.

#### Estilo romântico

Pessoas com este estilo gostam de transmitir delicadeza e feminilidade, optam por tecidos leves, babados, estampas delicadas, cores neutras e caracterizam-se por serem extremamente delicadas, gentis e românticas.

Figura 2.15 | Estilo romântico



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/romance-em-roupas-gm842442250-137532851">https://www.istockphoto.com/br/foto/romance-em-roupas-gm842442250-137532851</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

## Estilo sexy

São pessoas que valorizam o corpo e sua exuberância, gostam de tecidos que marquem o corpo, decotes, fendas, cores chamativas, maquiagens fortes. São de forma geral carismáticas, sensuais, confiantes e desinibidas

Figura 2.16 | Estilo sexy



Fonte: <a href="https://www.istockphoto.com/br/foto/o-glamour-e-a-beleza-mulher-de-sensualidade-qm153149971-16294632">https://www.istockphoto.com/br/foto/o-glamour-e-a-beleza-mulher-de-sensualidade-qm153149971-16294632</a>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

Para complementar os estudos, assista ao vídeo que fala sobre visagismo, disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZAcXIhqpcRM">https://www.youtube.com/watch?v=ZAcXIhqpcRM</a> (Acesso em: 6 jul. 2018).

O trabalho do profissional da Estética e Cosmética tem como base investigar os formatos de rosto, os tons de pele, os biotipos físicos, os elementos visuais e principalmente a personalidade do indivíduo, ajudando na construção ideal da imagem pessoal.

Portanto, durante sua anamnese, o profissional deve observar todos os pontos que envolvem a imagem pessoal do indivíduo, buscando solucionar as causas que propiciam sua baixa autoestima.

### Sem medo de errar

Depois da leitura do texto, tenho certeza de que você conseguirá contribuir para o caso de Maria Fernanda, personagem da situação-problema desta seção. Vamos rever a questão: qual é a importância da imagem pessoal e de que maneira ela pode contribuir positivamente com Maria Fernanda? Além disso, como os tecnólogos de estética podem ajudar na construção de uma imagem pessoal positiva para os indivíduos?

A área da estética e cosmética vem se desenvolvendo cada dia mais, e novos recursos para imagem pessoal e saúde vêm sendo empregados para facilitar os procedimentos utilizados em centros de estética e cosmética. Com isso o profissional deve sempre estar atualizado.

É de extrema importância que o profissional seja capaz de reconhecer as características do seu cliente durante o atendimento – seu temperamento, suas linhas faciais e seu biótipo corporal –, para que assim possa utilizar os procedimentos corretos. O atendimento deve ser realizado sempre de forma responsável, visando um resultado satisfatório, tendo em vista a importância do conhecimento para a atuação como ótimo profissional. É de suma importância que você, profissional da área da estética e cosmética, venha a prestar um serviço de qualidade, dando toda a atenção para o seu cliente, para que desta maneira ele seja fidelizado junto aos seus serviços prestados.

Em relação à imagem pessoal, deve ser observado se as roupas do cliente condizem com seu biótipo corporal, se seu corte de cabelo está de acordo com seu formato de rosto, se o estilo que ele usa combina com sua personalidade ou se ele busca uma aceitação do mundo ao padrão de beleza imposto. Desse modo, é esperado que o profissional seja capaz de realizar uma avaliação correta e tenha entendimento sobre a área da imagem pessoal, a fim de auxiliar seu cliente da melhor maneira possível, de acordo com a postura e a individualidade dele.

## Avançando na prática

## A estética no auxílio da imagem corporal

#### Descrição da situação-problema

Joana é uma mulher introvertida que apresenta corpo oval com predominância de gordura na região abdominal e nos membros superiores e rosto quadrado. Sempre se destacou por sua inteligência, e todos os setores da multinacional em que trabalha gostam e elogiam seu trabalho. Ela deixou de lado sua vaidade, ganhou peso, apresentava os sinais do envelhecimento na sua face, como pele áspera, discromias e flacidez tissular, além de usar sempre o mesmo estilo de roupa, apresentando uma baixa autoestima.

## Resolução da situação-problema

Você, profissional da área da estética e cosmética, poderá auxiliar Joana explorando as qualidades dela e enaltecendo seus pontos fortes, fazendo com que ela resgate a autoestima.

Em um primeiro momento, você pode trabalhar com uma limpeza de pele profunda, com posterior hidratação profunda, a fim de promover a restauração da pele.

Na sequência, faça uso da radiofrequência, associando cosméticos e máscaras com ativos tensores.

Trabalhe a imagem corporal dela, melhorando a distribuição da gordura abdominal por meio de protocolos que usem recursos eletroterápicos associados aos recursos estéticos manuais.

Você pode direcioná-la a um profissional do visagismo e da moda para melhorar os aspectos referentes ao corte de cabelo e ao uso de roupas e acessórios adequados ao tipo físico.

## Faça valer a pena

**1.** O tecnólogo de estética precisa identificar o formato do rosto para, juntamente com as características pessoais, auxiliar na construção da imagem pessoal. Cada rosto possui um padrão próprio, seguindo linhas e formas específicas.

1- Triangular	( ) Estreito nas extremidades superior e inferior.
2- Triângulo invertido	( ) Traços suaves em equilíbrio.
3- Quadrado	( ) Não apresenta ângulos.
4- Oval	( ) Frontal mais estreito que o queixo.
5- Redondo	( ) Forma uma ponta no queixo.
6- Losango	( ) Traços retos.

Conforme as opções apresentadas, verifique o formato de rosto que se enquadra na coluna com a descrição correta.

```
a) 6, 4, 5, 1, 2, 3.
b) 4, 5, 6, 3, 2, 1.
c) 1, 2, 3, 5, 4, 6.
d) 6, 3, 4, 5, 1, 2.
e) 3, 4, 5, 1, 2, 6.
```

- **2.** No mercado de trabalho da estética, o profissional tem que ser criativo e oferecer algum tipo de diferencial que possa ajudar seu cliente a encontrar sua harmonia e bem-estar
- I- O profissional deve copiar cortes e coloração que estão na tendência, sem se preocupar com o que o cliente realmente deseja, desde que o resultado final fique de ótima qualidade.
- II- O profissional deve utilizar maquiagem, corte, coloração, penteado e tendências que atuam de acordo com o visagismo do cliente e com o que ele deseja no momento.
- III- O profissional deve somente perguntar o que o cliente deseja, sem opinar se isso se enquadra nos padrões corretos de estilo.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) Apenas a asserção I está correta.
- b) Apenas as asserções II e III estão corretas.
- c) Apenas a asserção II está correta.
- d) As asserções I, II e III estão corretas.
- e) Apenas as asserções I e III estão corretas.
- **3.** Observando os critérios sobre análise e estrutura facial, observamos que o rosto expressa uma linguagem visual, indicando feições em particular sobre a relação entre o rosto e o temperamento. Todos os temperamentos possuem suas principais características.
- I- Sanguíneo: rosto losango e comunicativo;
- II- Fleumático: rosto oval e perfeccionista;
- III- Melancólico: rosto redondo e pacificador;
- IV- Colérico: rosto triangular e determinado.

Após a análise das asserções, assinale a alternativa correta.

- a) Apenas a asserção I está correta.
- b) Apenas as asserções I e IV estão corretas.
- c) Apenas a asserção II está correta.
- d) As asserções I, II e III estão corretas.
- e) Apenas as asserções II e IV estão corretas.

## Referências

BEDIN, V. Cabelo: tudo que você precisa saber. São Paulo: Atheneu, 2009.

BORGES, F. **Dermato-funcional**: modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: Phorte, 2006.

BRANDINI, V. Bela de morrer, chic de doer, do corpo fabricado pela moda: o corpo como comunicação, cultura e consumo na moderna urbe. **Contemporanea**, Salvador, BA, v. 5, n. 1 e 2, dez. 2007. Disponível em: <a href="https://portalseer.ufba.br/index.php/contemporaneaposcom/article/view/3508/2563">https://portalseer.ufba.br/index.php/contemporaneaposcom/article/view/3508/2563</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

CLAY, J. H.; POUNDS, D. M. **Massoterapia clínica**: integrando anatomia e tratamento. 2. ed. Barueri: Manole, 2008.

DOMENICO, G. **Técnicas de massagem de Beard**: princípios e práticas de manipulação de tecidos moles. 5. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2008.

FARAH, M. H. S.; MATE, C. H. Uma discussão sobre as práticas de anorexia e bulimia como estéticas de existência. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 41, n. 4, p. 883-898, out.-dez. 2015. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/pdf/ep/2015nahead/1517-9702-ep-1517-97022015021539.pdf">http://www.scielo.br/pdf/ep/2015nahead/1517-97022015021539.pdf</a>>. Acesso em: 5 jul. 2018.

GONZALEZ, G.; SACOMANI JUNIOR, E.; RONDINA, R. As vivências de um grupo de pacientes com transtornos alimentares: a relação com o espelho e a imagem corporal. **Rev. Subj.**, Fortaleza, v. 14, n. 3, p. 383-394, dez. 2014. Disponível em: <a href="http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S2359-07692014000300003&Ing=pt&nrm=iso">http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S2359-07692014000300003&Ing=pt&nrm=iso</a>. Acesso em: 5 jul. 2018.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. **Fisioterapia dermato-funcional**: fundamentos, recursos e patologias. 3. ed. São Paulo: Manole, 2002.

HALLAWELL, P. Visagismo: harmonia e estética. 6. ed. São Paulo: Senac, 2008.

\_\_\_\_\_. **Visagismo integrado**: identidade, estilo e beleza. São Paulo: Senac, 2009.

HOUAISS, A.; VILLAR, M. S. **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

KAMIZATO, K. K. Imagem pessoal e visagismo. São Paulo: Érica, 2014.

KEDE, M. P. V.; SABATOVICH, O. **Dermatologia estética**. 2 ed. São Paulo: Atheneu, 2004.

MARQUES, M. G. **O** "desabrochar" do corpo: a avaliação diagnóstica no desenvolvimento da consciência corporal no processo de ensino-aprendizagem da dança na infância. 2004. 168 fl. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Curso de Pós-Graduação em Artes Cênicas, UFBA, 2004.

MELO, J. P. **Desenvolvimento da consciência corporal**: uma experiência da educação física na idade pré-escolar. São Paulo: Ed. da UNICAMP, 1997.

MENEZES, A. Bases da nutrição. São Paulo: Pearson: 2012.

PUJOL, A. P. Nutrição aplicada à estética. Rio de Janeiro: Rubio, 2011.

RAYMOND, K. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.

SAHD, C. S. Imagem pessoal, linguagem visual e a conformação fisionômica. Caderno de Atividades. Valinhos: Anhanguera Educacional, 2017.

SOUZA, V. M. **Ativos dermatológicos**: dermocosméticos e nutracêuticos. Edição especial 10 anos, v. 1-8. São Paulo: Pharmabooks Editora, 2013.

# Recursos de construção e elaboração da imagem pessoal

#### Convite ao estudo

Seja bem-vindo à Unidade 3, na qual trataremos de conceitos como a criatividade na moda, a possibilidade de combinações dos vestuários otimizando estes. É a maneira como nos vestimos, combinamos as cores, tecidos e estampas refletem sobre nossa personalidade. É importante que nossas escolhas sejam centradas em nossas preferências e adaptadas ao nosso tipo físico.

Usar a imagem pessoal a nosso favor é fundamental, a aparência é um requisito muito importante e que pode levar a oportunidades assim como reverter em prejuízos em uma entrevista de emprego por exemplo.

A maneira como nos comportamos em uma entrevista de trabalho ou no próprio ambiente é essencial, dever ser aliada às nossas competências, aos nossos conhecimentos e às nossas habilidades).

## Seção 3.1

# Elaborando a imagem pessoal de acordo com as características individuais

## Diálogo aberto

Você, aluno do curso de Estética e Cosmética, recebe em seu centro de estética, a Juliana, uma profissional gabaritada que trabalha em uma multinacional renomada. Fluente em três línguas, conduz com maestria a sua profissão sendo elogiada a todo o momento por seus superiores. No entanto, a sua imagem pessoal deixa a desejar em diversos aspectos, como falta de tratamento com os cabelos, não usa maquiagem para valorizar seus traços, usa roupas desleixadas que não condizem com a sua ocupação e que muitas vezes acaba influenciado de maneira negativa para aqueles que não conhecem o seu trabalho. Pensando que a primeira impressão é a que fica, e que a imagem pessoal pode influenciar de maneira positiva ou negativa os indivíduos, de que forma o profissional da área da estética pode contribuir para que a imagem pessoal possa ser usada a favor dos indivíduos?

## Não pode faltar

A imagem pessoal diz muito sobre os indivíduos e descreve muitas vezes a forma de ser, de pensar e agir dos indivíduos.

Refere-se às características físicas e à maneira pela qual a imagem pessoal reflete o comportamento do indivíduo.

Quando pensamos em imagem pessoal, a primeira coisa que nos vem à cabeça é o reflexo que temos ao nos olharmos no espelho, no entanto, o que podemos identificar não são apenas as características físicas como a qualidade da pele, o corte de cabelo, o estilo da roupa que estamos usando, mas, sim, muitas emoções carregadas de significados são trazidas à tona neste momento.

As circunstâncias do cotidiano refletem de maneira significativa na imagem pessoal dos indivíduos. Sem pensar na ditadura da moda e da beleza que exigem mulheres magras e esguias, com cabelos brilhantes e pele de bebê como referencial de beleza.

A população no geral principalmente o público feminino, em sua grande maioria, sofre com a ditadura da beleza imposta pelas mídias e as redes sociais e que acaba por refletir na imagem pessoal.

Dentro desse contexto, surgem dois conceitos importantes que são as competências da criatividade. Mas o que seria isto e de que maneira os profissionais da área da Estética e Cosmética podem auxiliar seus clientes quando pensamos na imagem pessoal?

Competência refere-se uma aptidão na coordenação de conhecimentos e, por vez, a criatividade refere-se a criação e inovação, é deixar de lado o original.

Direcionando criatividade e competência em um conceito dentro da área da Estética podemos dizer que compreende as diferentes combinações que possam existir, por exemplo, no guarda-roupa a maneira correta de combinar as cores, as estampas e os tecidos.

Muitas vezes nos deparamos com o seguinte pensamento "preciso trabalhar e não tenho roupas", "vou a um evento importante não tenho a peça que comporá" meu visual de maneira favorável.

Na realidade, muitas vezes o que falta é o conhecimento e a forma de combinar as peças que temos, ou seja, a criatividade de compor diferentes looks.

Frequentemente nos deparamos com uma peça linda na vitrine da loja e pelo impulso compramos sem pensar de que maneira poderemos combinar aquela peça com o restante de nossas roupas, por isso é fundamental saber o que comprar, estar atenta se a peça está adequada ao estilo, tipo físico, se a cor combina com nosso tom de pele, se o caimento da roupa é elegante e se aquela peça de roupa vai combinar com outras que possui dentro do armário.

É importante estar atento, uma vez que todas as pessoas possuem um estilo próprio de ser, de se vestir, e que está atrelado às suas atividades cotidianas como profissão, preferências, meio em que vive sem contar com os aspectos da idade e de valores. O estilo das pessoas, a moda imposta pela mídia e a imagem pessoal são atributos distintos, mas estão muito próximos e relacionados.

A moda está relacionada com o reflexo do que está acontecendo na sociedade em determinado momento e representa aspectos econômicos, políticos e sociais. Os estilistas nos apresentam as tendências em um intervalo de tempo cada vez menor.

Quando pensamos no estilo, no deparamos com a expressão do nosso caráter, representando o que somos ao meio que vivemos nosso estado de espírito e a nossa relação com o mundo.

Você perceberá como a imagem pessoal retém poder de informações sobre quem é o cliente. Você vai até um centro de estética para fazer um procedimento estético facial e ao chegar se depara com uma profissional desleixada, mal-humorada, com uma pele que reflete falta de cuidados, qual será a imagem que você terá desta profissional?

Talvez seja gabaritada e competente, mas a primeira impressão nos leva a pensar de forma contraditória sobre esta profissional, por isto, a nossa imagem pessoal pode refletir de maneira negativa ou positiva sobre os indivíduos.

Tem um ditado popular de grande valia neste contexto que diz que a "primeira impressão é a que fica", vem carregada de significados uma vez que estudos revelam que a primeira impressão é construída em 30 segundos, nossa imagem transmite mensagens às outras pessoas, e tudo é visto como comunicação não verbal, por exemplo: cor, roupas, gestos e postura.

A linguagem corporal, ou seja, a forma como nos apresentamos representa muito sobre nós e, desta maneira, nossa aparência, nossos gestos, o tom da nossa voz, as nossas atitudes transmitem mensagens não verbais.

As impressões que temos não são racionais; elas são formadas por centenas de associações e referências que tivemos anteriormente.

A percepção é o processo no qual o indivíduo seleciona, organiza e responde aos estímulos, que são transmitidos ao cérebro, em que ocorre a interpretação da sensação; essa interpretação pode se dar de acordo com as experiências passadas do indivíduo.

Devemos sempre pensar que a imagem pessoal não reflete apenas na combinação correta das cores, das roupas, dos acessórios e dos tecidos, mas também na postura, elegância e descrição.

Como dito anteriormente, o que vestimos diz muito sobre a nossa personalidade e que reflete a imagem pessoal, diante disso, vamos conhecer as formas apropriadas para combinar as cores, as estampas e os tecidos também chamados de texturas.

#### Como combinar cores, estampas e texturas

Quando pensamos na textura estamos nos referindo ao tecido, ao toque e visual que esses proporcionam. A combinação dessas, o mix de texturas, é uma tendência cada dia mais frequente nos looks que seguem a moda. O veludo, tricô, a lã possui tramas mais pesadas em sua composição, em contrapartida a malha, o algodão e a seda são tecidos mais leves.

Outra forma de combinação de textura está nos tecidos está opaco com os brilhantes, firme e maleável.

A estação na qual a combinação destas texturas torna-se mais interessantes é o inverno.





Fonte: iStock.

Uma combinação de texturas que torna o visual elegante é usar uma peça com textura mais pesada na parte de baixo e textura mais fluidas e leves na parte de cima.

#### Ponto focal

O ponto focal é considerado aquele local que mais chama a atenção em sua roupa. Em um contexto geral, seria aquele ponto que é realçado ou percebido antes da roupa, pode ser, por exemplo, um cinto, uma gola, um colar, uma pulseira.

Nessa situação, é muito importante usar um ponto focal para valorizar aquele lugar que queira disfarçar em seu tipo físico. Se você tem uma quantidade de gordura na região abdominal o ideal é que o ponto focal seja desviado para a parte inferior do corpo como sapatos coloridos.

Além dos acessórios, o ponto focal também pode ser uma cor.

Figura 3.2 | Ponto focal



Fonte: iStock.

Uma outra forma de produzir um ponto focal é por meio da utilização de estampas, que pode estar associada a uma gola, um lenço, uma camisa.

### Coordenação de estampas

Essas combinações devem ser realizadas entre uma peça com estampa e uma lisa, lembrando que fica mais elegante que uma das cores da estampa esteja na peça lisa.

Figura 3.3 | Combinação de estampa



Fonte: iStock.

Uma opção mais arriscada e pouco usada é a combinação de estampas similares em cores diferentes ou estampas diferentes em cores iguais.

### Combinações de cores

Antes de falarmos sobre a combinação de cores, vamos conhecer como são classificadas?.

Issac Newton, grande estudioso do século XVII, descobriu que, ao passar a luz branca por um prisma, ela se desdobraria em diversas cores, que poderiam ser misturar e formar outros tons.

Dessa forma, as cores são percepções visuais que são captadas por nossos olhos.

#### Cores neutras

São classificadas cores neutras: o branco, preto e o cinza, e são usadas como complemento das demais.

#### Cores quentes e frias

As cores quentes são aquelas associadas ao fogo, como o vermelho, o laranja e o amarelo, por sua vez, as cores frias estão associadas ao elemento água que são o azul, o violeta e o verde.

As cores claras atraem o primeiro olhar, assim devem ser usadas a fim de criar os pontos focais naquelas áreas onde queremos valorizar. Essas cores provocam um efeito visual maior na região onde está, alargam visualmente, por exemplo, se você tem seios fartos e é um ponto que a incomoda, crie uma ilusão de ótica a fim de deixar menor a região desviando a atenção para um ponto focal na região inferior do corpo.

Por sua vez, as cores escuras parecem recuar visualmente, fazendo a área parecer menor e mais distante, afinam visualmente. As peças escuras são grandes aliadas para disfarçar um quadril mais largo por exemplo, uma vez que estas peças criam ilusões de menores proporções.

As combinações entre as cores podem ser realizadas por meio dos looks monocromáticos que são elegantes, sóbrios e neutros (bege/cinza, marrom/marinho, preto/branco, prata/ouro), são aqueles que usam cores da mesma "família" e que variam na sua tonalidade como o bege, nude e o marrom.

Você já ouviu dizer na combinação que também usa tons monocromáticos chamada ton-sur-ton?

Essa mistura conta com combinações, cores parecidas, como azul bem claro com verde bem claro, bege com rosê, amarelo claro com branco, cinza claro com cinza escuro etc. Podemos dizer que essa combinação de cores é muito elegante lembrando que os tons mais claros têm a visão de ótica de aumentar, então deve-se tomar cuidado com quadril muito largo, seios fartos.

Figura 3.4 | Tons ton-sur-ton



Fonte: iStock.

Nesta seção, estamos discutindo os conceitos da imagem pessoal e a combinação entre as peças, as transformações da imagem pessoal e as competências da criatividade.

Outro ponto fundamental e que está relacionado ao tema já discutido é como usar a imagem pessoal a seu favor, uma vez que esta pode nos favorecer ou levar a uma impressão negativa de nossa personalidade.



Reflita

Diante desse contexto, de que maneira podemos usar a imagem pessoal a seu favor?

Vamos imaginar que você vai ter uma entrevista de emprego, concorda que para sermos aprovados temos que ter uma boa desenvoltura neste momento?

Não serão avaliadas apenas competências, habilidades e nossas capacidades, pois temos que nos atentar que a avaliação começa no

momento em que você entra no local da entrevista. Lembre-se de que a imagem pessoal é formada por quem nos observa em trinta segundos.

Nossas preferências, nossas roupas e a maneira como a nossa imagem se apresenta por meio das cores do cabelo, do corte, do biótipo corporal diz muito sobre nós.

E você concorda que a área da estética e cosmética pode atuar de maneira significativa nos cuidados com a imagem pessoal?

A diversidade de procedimentos estéticos, de recursos manuais, das técnicas de maquiagem e do visagismo é muito grande e pode estar associada a protocolos que favoreçam os cuidados com a imagem pessoal em um contexto geral.

Na face, temos elementos de comunicação fundamentais, como a cor e o corte de cabelo, as características da pele, ou até mesmo no direcionamento do tipo de maquiagem que é mais adequada. Para cuidarmos dessa região, usamos o visagismo.

Na área da estética corporal, utilizamos recursos estéticos manuais associado à eletroterapia.

A cosmetologia que cresce a cada dia com inovações de ativos para a área corporal, facial e capilar.

As terapias alternativas e qualidade de vida que carregam consigo uma gama variadas de procedimentos como as técnicas de massagem, cromoterapia, auriculoterapia, reflexologia que agem na qualidade de vida auxiliando também na imagem pessoal.

Mas não é só isso, para ter uma imagem pessoal favorável é necessário ter postura profissional.



## Exemplificando

Veja alguns cuidados que devem ser tomados:

- 01- Cuidado com o tom de voz.
- 02- Evitar ditados e expressões populares, cuidar com as gírias.
- 03- Prefira sempre tons neutros e mais claros, batons cor de boca, ter cuidado com o excesso de blush, prefira um visual mais clean.

- 04- Evitar acessórios exagerados e em excesso: dê preferência a brincos e colares menores e discretos.
- 05- Prefira as cores neutras com roupa mais estruturadas e tome cuidado com as transparências, decotes e comprimento das saias.
- 06- Com excesso de perfume principalmente durante o dia, evite fragrâncias mais marcantes.
- 07- Com a apresentação dos cabelos, que devem estar penteados, alinhados e com a tintura em dia.
- 08- Para o púbico masculino, tomar cuidado com a barba que deve estar bem aparada.

Agora, para finalizar a seção, você pode pesquisar e aprofundar seus conhecimentos que são úteis na elaboração da imagem pessoal:

## Pesquise mais

Como organizar seu armário com o conceito cápsula. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gC\_m3-ajgC0">https://www.youtube.com/watch?v=gC\_m3-ajgC0</a>. Aceso em: 31 jul. 2018.

Nesse site, você encontrará mais informações sobre a coordenação das cores: <a href="http://www.dicasemoda.com.br/como-combinar-cores-de-roupas/">http://www.dicasemoda.com.br/como-combinar-cores-de-roupas/</a>>. Acesso em: 31 jul. 2018.

Nesse vídeo, você encontrará informações sobre a formação das cores:

<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IWTAIUiLJvk">https://www.youtube.com/watch?v=IWTAIUiLJvk</a>. Acesso em: 31 jul. 2018.

## Sem medo de errar

Em um primeiro momento, devemos conhecer a personalidade da cliente para que possamos traçar o melhor plano de tratamento para a mesma.

É comprovado que os cuidados que recebemos para o nosso corpo e a nossa face reflete uma melhora na qualidade de vida e, por consequência, o bem-estar e a imagem pessoal. No caso da Juliana, por trabalhar em um ambiente carregado de estresse, deve-se investir nos recursos estéticos manuais associando a massagem relaxante com pedras, velas e bambus. Nos procedimentos faciais, protocolos de revitalização facial associando a eletroterapia com a cosmetologia. Na área do visagismo e da maquiagem procedimentos como corte de cabelo mais despojado, ensinando à cliente a automaquiagem básica com cores que combinem com o seu tipo de pele a fim de realçar e valorizar os traços. Na área do estilo pessoal, investir na combinação de cores e estampas que combinem com seu tipo físico e com a função que ocupa na empresa.

## Avançando na prática

### O uso da imagem pessoal a seu favor

## Descrição da situação-problema

Ana Mara trabalha em uma indústria farmacêutica e sempre se destacou por sua criatividade em seu ambiente de trabalho.

Perspicaz, trabalha de maneira incansável sendo destaque praticamente todos os meses por sua produtividade. Um dos setores dessa indústria é levar aos médicos e aos profissionais da área da saúde o catálogo de medicamentos, no entanto, a cada nova oportunidade para este setor, ela vê seus sonhos desmoronarem, uma vez que nunca é chamada para desenvolver esse tipo de trabalho.

A falta de oportunidade pode estar associada à imagem pessoal de Ana Mara, sempre com o visual desleixado, com a raiz dos cabelos por fazer, com cabelos muito longos que conferem a ela um visual pesado, unhas e pele malcuidadas que a envelhecem e deixam a pele sem brilho e viçosa, roupas sem coordenação de cores e texturas e que não favorecem seu tipo físico.

De que forma nós, profissionais da área da estética e cosmética, podemos auxiliar Ana Mara?

## Resolução da situação-problema

Caro aluno, para a resolução dessa situação, devemos, em um primeiro momento, trabalhar com as técnicas de visagismo, como investir em um corte de cabelos mais moderno e despojado, adequar

o tom da pele com a cor do cabelo proporcionando uma melhor harmonia facial, realizar procedimentos de renovação celular como peeling de baixa concentração e recursos eletroterápicos como a radiofrequência a fim desenvolver mais viço, maciez e uniformidade na pele.

Deve-se trabalhar a coordenação de cores, estampas e texturas de acordo com as preferências da Ana Mara, levando a valorização dos pontos fortes do seu corpo criando um ponto focal.

## Faça valer a pena

- **1.** A combinação de cores, de peças, de texturas e de estampas é uma maneira de facilitar a adequação das roupas no momento de compor o visual. Quando pensamos em combinar uma peça estampada com uma peça lisa é mais fácil utilizamos um princípio básico que é:
- I- Combinar sempre com cores neutras.
- II- Esta combinação deve repetir na peça lisa uma das cores encontradas na estampa.
- III- Combinar apenas com cores escuras principalmente o preto que é considerado uma cor neutra.
- IV- Combinar com cores que possam ter mais de um ponto focal é o ideal.

Assinale a alternativa correta:

- a) A alternativa I está correta.
- b) As alternativas I e II estão corretas.
- c) As alternativas III e IV estão corretas.
- d) As alternativas I e IV estão corretas
- e) A alternativa II está correta.
- **2.** Refere-se à superfície de um tecido, sua aparência, toque e caimento. Ela pode ser associada aos contrastes leve-pesado, opaco-brilhante, ásperomacio, firme-maleável, entre outros. Cada tecido tem uma combinação específica dessas características.

As características citadas são referentes a:

- a) Textura
- b) Combinação de cores.
- c) Estampas.
- d) Cores monocromáticas.
- e) Ao ponto focal.

- **3.** Uma das maneiras de trabalhar com o visagismo é por meio da combinação das cores:
- I- Cores neutras que combinam com todas as outras cores (o preto é uma cor neutra que combina com todas as demais cores).
- II- Combinar o tom sobre tom ( uma peça rose com uma peça rose por exemplo).
- III- Combinação entre as cores análogas.

Com relação às afirmações, assinale a alternativa correta:

- a) A alternativa I está correta.
- b) As alternativas I e II estão corretas.
- c) As alternativas III e IV estão corretas.
- d) As alternativas I e IV estão corretas
- e) Todas as alternativas estão corretas.

## Seção 3.2

# Alterações que acometem mãos e pés e seus devidos cuidados

## Diálogo aberto

Os cuidados com as mãos e os pés fazem parte também do trabalho do profissional da Estética. Diversos procedimentos podem ser usados para contribuir com a saúde e com a beleza dos mesmos.

Você é um aluno do curso de Estética e Cosmética e recebe a Marta, uma profissional renomada da área foi desafiada a desenvolver cuidados com as mãos e os pés, quais seriam os cuidados e procedimentos pertinentes?

## Não pode faltar

A saúde, o embelezamento e a estética possuem um elo próximo. Quando promovemos a saúde de uma estrutura corporal permitese também a melhoria dos aspectos da funcionalidade da mesma e não poderia ser diferente em se tratando das mãos, dos pés e das unhas que são estrutura tão funcional.

Você já parou para pensar na importância dos nossos pés? É uma das estruturas que diversas vezes ficam esquecidas. Nesse mesmo pensamento estão as unhas dos pés que apenas lembramos quando o sapato aperta e sentimos um incômodo.

As nossas mãos geralmente recebem um cuidado mais especial, uma vez que ficam expostas, no entanto, será que cuidamos como realmente deve ser?

Você, caro aluno, que neste momento faz a leitura desta seção, passou protetor solar no rosto e no colo, certo? E as mãos você se lembrou delas?

Vamos agora conhecer as afecções que acometem mãos e pés e os cuidados a serem adotados.

### Infecções Fúngicas que acometem as mãos e os pés

As infecções fúngicas são também conhecidas por micoses e atingem grande parte da população de todas as faixas etárias e que são causadas pelos vírus estruturas microscópicas denominadas de organismos heterótrofos uma vez que não produzem seu próprio alimento dependendo da ingestão de matéria orgânica viva ou morta para a sua sobrevivência.

As infecções fúngicas que atacam o estrato córneo, as unhas e os pelos são denominadas dermatofitoses, conhecidas também por tinha. Os dermatófitos só se proliferam dentro de estruturas queratinizadas e podem causar as dermatofitoses do aparelho ungueal (onicomicoses, tinha das unhas), dermatofitoses da epiderme (tinha da face, tinha das mãos e dos pés), dermatofitoses dos pelos e folículos pilosos (tinha do couro cabeludo e da barba).

### Dermatofitoses da Epiderme

## Tinha do pé

Acomete as membranas interdigitais e as plantas dos pés, sendo caracterizadas por lesões vesiculosas podendo estar acompanhada de escamações. Comumente encontrada em adultos jovens e meiaidade. As manifestações clínicas geralmente são assintomáticas, no entanto, podem apresentar prurido.

Figura 3.5 | Tinha dos pés



Fonte: iStock.

#### Tinha das mãos

Consiste em uma dermatofitose crônica que atinge a região das mãos cuja manifestação ocorre de maneira unilateral. Pode

apresentar prurido, escamação e fissuras. A região acometida pode apresentar borda elevada, vermelha, descamativa e progressiva.

### Tinha Nigra

Infecção rara das mãos causada por fungos. A transmissão ocorre via inoculação direta da pele com vegetações, madeiras ou solo deteriorados com a presença dos fungos. As manifestações clínicas são máculas marrons ou negras que podem aparecer nas palmas das mãos.

### Dermatofitose das unhas

As unhas são formadas por lâminas de queratina, oriundas da epiderme apresentam-se de translúcidas e sem elasticidade. São consideradas normais quando se apresentam aspectos de transparentes, lisas e suaves.

Possuem a função de proteção para as extremidades dos dedos, além de conferir ao mesmo aspecto visual mais bonito.

Algumas doenças comprometem a saúde das unhas que, além de ser um processo patológico, comprometem também a estética destas.



Você sabia que algumas doenças sistêmicas podem apresentar manifestações no leito ugueal (unhas). Indivíduos com doenças pulmonares como a asma, bronquite apresentam uma coloração amarelada.

Alterações no figado podem refletir nas unhas que podem apresentar descolamento destas

Nas doenças gastrointestinais, as unhas podem apresenta alterações na forma, cor e descolamento.

Nos casos das doenças renais, as unhas apresentam estrias brancas transversais chamadas de "unhas meio a meio".

As doenças endócrinas podem ter como manifestação unhas muito grandes ou acromegalia, nos casos de doenças hematológicas, a palidez do leito das unhas pode ser indicativo de alterações.

Em algumas doenças, carências ou metabólicas, como a avitaminose, as unhas apresentam aspecto frágil com unhas adelgaçadas com aspecto de casca de ovo.

Na deficiência de Vitamina B12, são descritas alterações pigmentares, já na avitaminose C, aparecem pontos vermelhos e azuis.

Estas alterações podem ser identificadas durante um atendimento clínico e você enquanto um profissional qualificado identificará e encaminhará o dei cliente para um médico para diagnóstico.

#### Onicomicose

Também conhecidas por tinha das unhas, são infecções fúngicas crônicas e que têm como principal agente etiológico pessoas e alicates de cutículas contaminados. É comumente encontrada nas unhas dos pés uma vez que o ambiente úmido, escuro favorece o crescimento dos fungos.

Figura 3.6 | Onicomicose



Fonte: iStock.

## Onicocriptose

A popular unha encravada que pode acometer o leito ungueal podendo estar de maneira lateral ou bilateral, onde a borda lateral da unha fere a pele adjacente enterrando-a ao seu redor, causando fortes dores As causas geralmente ocorrem por corte incorreto das unhas, sapatos apertados e a morfologia ungueal, e que provoca dor intensa, como agravamento dos sintomas e processo infeccioso.

Figura 3.7 | Onicocriptose



Fonte: iStock.

### Onicofose

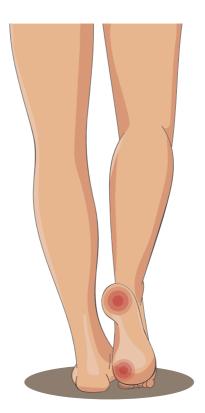
É uma calosidade que se forma na prega ungueal (lateral da unha) em resposta da pele a um atrito intenso tendo como causa o uso de sapatos de bico fino facilita o surgimento desse tipo de calo, pois eles comprimem os dedos uns contra os outros, sendo mais incidente no hálux.

## Outras alterações que acometem os pés

#### Calos

São definidos como o espessamento da camada superficial da pele, provocadas por uma hiperpressão em determinada região e são resultados de microtraumatismos repetidos com aumento da pressão e atritos constantes sobre a pele podendo se apresentar de forma localizada ou generalizada. Variam de tamanho, localização, consistência e forma. Sua etiologia é variada, como o uso de calçados inadequados, deformidades ortopédicas, vícios posturais ou alterações da marcha.

Figura 3.8 | Calos



Fonte: iStock.

### Fissuras Calcâneas

As fissuras calcâneas são popularmente conhecidas por rachaduras e atingem a região calcânea e se caracterizam por lesões lineares ou estreitas da pele, que aparece em qualquer situação climática, seja frio ou calor.

A etiologia está associada com a eliminação ou destruição dos tecidos cutâneos causados basicamente pela perda da elasticidade da pele, ressecamento da pele, e seu aparecimento pode estar associado com as variações climáticas, agressões químicas, quantidade de água ingerida, uso de medicamentos.

Figura 3.9 | Fissuras Calcâneas



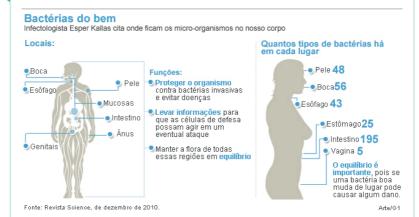
Fonte: iStock.

Cuidados com a hidratação adequada das mãos e pés podem ser suficientes para manter estas regiões confortáveis e sem riscos de desenvolver alterações como fissuras e rachaduras. Usar cremes com ativos emolientes e umectantes além de hidratar reduz a espessura da camada córnea queratinizada.



Nosso corpo é composto por uma microbiota repleta de microrganismos considerados essenciais para o perfeito funcionamento do organismo humano, interagindo em completa harmonia. A figura abaixo mostra aonde essas bactérias do bem estão localizadas e suas funções:

Figura 3.10 | Bactérias do bem



Fonte: iStock.

A higienização das mãos é considerada uma medida básica para o cuidado ao cliente. As mãos dos profissionais da saúde e da estética e cosmética vem sendo implicadas como fonte de transmissão de microrganismos no ambiente de atendimento ao paciente.

A contaminação das mãos dos profissionais pode ocorrer durante o contato direto com o paciente ou por meio do contato indireto, com produtos e equipamentos. Bactérias e fungos podem fazer parte da microbiota transitória das mãos e assim se disseminarem entre pacientes.

Outro ponto importante está relacionado com as questões de biossegurança nos centros estéticos. A biossegurança tem por objetivo controlar e minimizar os riscos biológicos e químicos, reafirmando a importância do uso de equipamentos de proteção individual EPI, no cuidado com o descarte de material perfurocortante, da higienização das mãos, da cobertura vacinal dos profissionais e do processamento de dispositivos usados na prática para evitar a disseminação de doenças (NEVES et al., 2007).

## Medidas de Segurança - Medidas para controlar o risco de disseminação de doenças

- Higiene e apresentação pessoal.
- Higienização das mãos.
- Vacinação.
- Descarte adequado de perfuro cortantes.
- Cuidados quando ocorrem acidentes.
- Uso de equipamentos de proteção individual EPI.
- Limpeza, desinfecção e esterilização de utensílios.
- Limpeza e desinfecção de superfícies.

## Importantes veículos na transmissão cruzada de microrganismos Podem ser considerados:

- Alicates para corte e remoção do eponíquio.
- Afastadores do eponíquio(cutícula).
- Lixas para unhas.
- Palitos e bacias.

Para que esses materiais não sejam veículos de disseminação de patógenos, existe o método de esterilização, esse método é capaz de eliminar por completo todas as formas de microrganismos, sendo eles: bactérias, fungos e vírus, sendo administrada a aplicação de agentes físicos (autoclave e estufa), químicos e gasosos (óxido de etileno).



Nesse artigo, você encontrará informações sobre a biossegurança em serviços de beleza:

<a href="http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/78318/44933">http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/78318/44933</a>. Acesso em: 25 maio 2018.

Nesse artigo, você encontrará informações sobre as fissuras calcâneas:

<a href="http://siaibib01.univali.br/pdf/Jessica%20Nunes,%20Jessica%20Marcelino.pdf">http://siaibib01.univali.br/pdf/Jessica%20Nunes,%20Jessica%20Marcelino.pdf</a>. Acesso em: 25 maio 2018.



## As principais medidas de biossegurança determinadas pela vigilância sanitária nos centros de estética e cosmética

### 12. Procedimentos:

- 12.1 Os instrumentais deverão ser higienizados, desinfetados ou esterilizados de acordo com as finalidades propostas e a legislação pertinente.
- 12.2 As cadeiras, armários, macas, colchões, travesseiros e almofadas deverão ser revestidos de material impermeável, resistente, de fácil limpeza e desinfecção, mantidos em bom estado de conservação e higiene.
- 12.3 Os artigos utilizados em procedimentos estéticos e de embelezamento deverão ser submetidos aos processos de limpeza, desinfecção e esterilização, de acordo com o estabelecido em legislação específica e o Manual de Procedimentos Operacionais do estabelecimento. Esses artigos quando em contato com sangue ou secreções deverão ser esterilizados ou descartáveis.
- 12.4 Após os processos de limpeza, desinfecção e esterilização os artigos deverão ser acondicionados em recipiente limpo e protegido.
- 12.5 No processo de esterilização, é obrigatório o acondicionamento dos artigos em invólucros adequados à técnica empregada, devendo constar na embalagem a data de esterilização.
- 12.6 Os estabelecimentos deverão realizar controle de qualidade do processo de esterilização de acordo com legislação específica.
- 12.7 As roupas limpas do estabelecimento deverão ser acondicionadas em sacos plásticos ou recipientes fechados, sendo trocadas a cada cliente.
- 12.8 O acondicionamento de roupas sujas deverá ser feito em recipiente plástico com tampa e identificado com a inscrição ROUPA SUJA.
- 12.9 Os materiais que entrarem em contato com o couro cabeludo (escovas, pentes etc.) deverão ser limpos após cada cliente.

- 12.10 As lâminas para barbear são de uso único ficando vetado o seu reprocessamento, devendo ser descartadas como material perfurocortante.
- 12.11 É obrigatório a utilização de material descartável para proteção de macas e bacias de manicure e pedicure. Também são consideradas de uso único lixas para unhas e pés, palitos e espátulas de madeira e esponjas para higienização ou esfoliação da pele.
- 13. Disposições Gerais:
- 13.1 O responsável legal responderá administrativamente por todos os atos praticados, por ele ou por seus funcionários, no interior de seu estabelecimento.
- 13.2 É vetada aos profissionais que realizam os procedimentos de estética e embelezamento a prescrição e administração de quaisquer medicamentos por qualquer via de administração (tópica, oral, injetável e outras) aos seus clientes.
- 13.3 Esses estabelecimentos deverão manter quadro de pessoal devidamente qualificado, em número suficiente para a perfeita execução das atividades. Deverão também instituir Programa de Capacitação de Recursos Humanos.
- 13.4 Os estabelecimentos terão prazo de 180 dias para atendimento das determinações deste Regulamento.

#### **Autoclave**

Equipamento completamente fechado que em alta temperatura se enche de vapor sob pressão, tendo o objetivo de eliminar os microrganismos. Para que ocorra de forma efetivamente, os materiais devem ser bem lavados, deixando-os secar naturalmente, após devem ser embalados e acomodados dentro do equipamento para que seja permitida a passagem de vapor.

Figura 3.11 | Autoclave



Fonte: <a href="http://www.dimor.pt/images/en-13060-class-b-vacuum-table-top-dental-autoclave-sterilizer-ste-18l-z.jpq">http://www.dimor.pt/images/en-13060-class-b-vacuum-table-top-dental-autoclave-sterilizer-ste-18l-z.jpq</a>. Acesso em: 30 maio 2018.

Dessa maneira, se torna fundamental que o profissional da estética e cosmética tenha o devido cuidado, diminuindo possíveis riscos e acidentes que possam contaminar seu cliente e a si próprio, ameaçando sua saúde e segurança. Assim, se torna importante à utilização de:

- Jalecos
- Luvas descartáveis
- Máscaras descartáveis
- Óculos de proteção
- Higienização correta das mãos

Seguindo todos esses cuidados o profissional da estética e cosmética atuará de forma ética, respeitando as normas de biossegurança e garantindo sua própria saúde e de seus clientes, evitando possíveis contaminações em salões de beleza,

Dentro deste contexto é muito importante que os profissionais da área da estética priorizem os cuidados com a biossegurança para evitar a contaminação e disseminação de doenças e patógenos nos centros de estética e cosmética

### Sem medo de errar

Como vocês puderem perceber no decorrer das seções deste livro, a área da Estética e Cosmética é diversificada e não ficando presa apenas nos protocolos estéticos faciais e corporais que são os mais conhecidos, mas sim uma gama de protocolos que podem, por exemplo, solucionar a situação-problema mencionada.

Quando falamos em cuidados, nós enquanto profissionais da saúde devemos orientar a nossa cliente com relação ao uso de sapatos adequados que são os sapatos fechados como tênis, sapatos de preferência não permeáveis, o corte correto das unhas até os procedimentos estéticos permitidos.

É muito importante os cuidados com as mãos como o uso de hidratantes regularmente e o protetor solar que muitas vezes esquecemos de passar nessa região

No quesito biossegurança, deve ser observadas todas as medidas de segurança abordadas acima para evitar contágios de microrganismos patogênicos que prejudiquem a saúde do cliente e do próprio profissional.

## Avançando na prática

## Conduta do tecnólogo em estética e cosmética frente a um atendimento de paciente com onicocriptose

### Descrição da situação-problema

Você, aluno do curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, recebe em sua clínica Drielen, 28 anos, que procura um atendimento para mãos e pés. Após uma anamnese profunda, você constata que Drielen tem onicocriptose, sabe que possui a patologia, mas a mesma não está fazendo o tratamento adequado. Qual será a sua conduta perante o caso exposto? De que forma você agirá com essa paciente?

## Resolução da situação-problema

O tecnólogo em estética e cosmética pode auxiliar desde o início, pensando no resgate da autoestima e da qualidade de vida.

Trabalhando a autoestima da paciente, o que refletirá em um tratamento mais seguro e eficaz. Levando em consideração que existe uma patologia de base se torna necessário que você explique a Drielen a importância de que ela volte ao médico e retorne ao tratamento. Afinal, se ela não estiver com as unhas integras não acarretarão na melhora da aparência das unhas.

Deve ser feita a esterilização de todos os utensílios usadas na paciente para que o microrganismo não passe para outras pessoas. A higiene do profissional deve ser adequada também, utilizando luvas, jaleco, máscara e touca.

Lembre-se de buscar durante a anamnese observar e explicar todos os procedimentos estéticos a Drielen, de maneira que a mesma compreenda tudo. Explique a importância de que ela volte a tratar o onicocriptose e faça também o uso em casa dos produtos que você orientar, assim você conseguirá obter um melhor resultado final, tendo a satisfação como profissional e do seu paciente.

## Faça valer a pena

**1.** As infecções fúngicas popularmente conhecida por micoses atingem grande parte da população e podem atingir a pele, os cabelos e os folículos pilosos.

Estas infeções fúngicas podem acometer o aparelho ungueal e quando atinge esta estrutura é de difícil tratamento. A infecção fúngica que acomete as unhas são conhecidas por:

- I- Tinha Nigra
- II- Onicofose ou onicomicose
- III- Onicomicose e ou onicocriptose
- IV- Onicomicose
- a) As alternativas I e III estão corretas.
- b) Somente a alternativa I está correta.
- c) Somente a alternativa III está correta.
- d) As alternativas III e IV estão corretas
- e) Somente a alternativa IV está correta
- **2.** Sabemos que os aspectos relacionados à biossegurança é de grande importância para os centros estéticos uma vez que a função é prevenir, e

proteger tanto o profissional quanto o cliente na minimização dos riscos às atividades desenvolvidas.

Os profissionais devem estar atentos e realizar as seguintes atividades de biossegurança.

- I- O uso do jaleco é indispensável para os profissionais da Estética e Cosmética.
- II- O uso das luvas descartáveis não é considerada uma prevenção e por isto não é um agente de biossegurança.
- III- A higienização correta das mãos é o primeiro passo para as condições de biossegurança.
- a) Somente a alternativa I está correta.
- b) Somente a alternativa III está correta.
- c) Estão corretas as alternativas I, II e III.
- d) Estão corretas as alternativas I e III.
- e) Somente a alternativa III está correta.
- **3.** As infecções fúngicas são também conhecidas por micoses e atingem grande parte da população de todas as faixas etárias e que são causadas pelos vírus estruturas microscópicas denominadas de organismos heterótrofos uma vez que não produzem seu próprio alimento dependendo da ingestão de matéria orgânica viva ou morta para a sua sobrevivência.

Considerando o contexto, avalie as afirmativas a seguir:

- I Tinha do pé: acomete as membranas interdigitais e as plantas dos pés, sendo caracterizadas por lesões vesiculosas podendo estar acompanhada de escamações. Comumente encontrada em adultos jovens e meia-idade. As manifestações clínicas geralmente são assintomáticas, no entanto, podem apresentar prurido.
- II Tinha das mãos: consiste em uma dermatofitose crônica que atinge a região das mãos cuja manifestação ocorre de maneira unilateral. Pode apresentar prurido, escamação e fissuras.

A região acometida pode apresentar borda elevada, vermelha, descamativa e progressiva.

III - Tinha Nigra: infecção rara das mãos causada por fungos. A transmissão ocorre via inoculação direta da pele com vegetações, madeiras ou solo deteriorados com a presença dos fungos.

As manifestações clínicas são máculas marrons ou negras que podem aparecer nas palmas das mãos.

Assinale a alternativa que apresenta à correta:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Somente a afirmativa II está correta.
- c) Somente a afirmativa III está correta.
- d) Apenas as afirmativas II e III estão corretas.
- e) As afirmativas I, II e III estão corretas.

## Seção 3.3

# Contaminações que podem ocorrer em centros de beleza

## Diálogo aberto

Joana é profissional da área da Estética há cinco anos, com uma carteira vasta de clientes. Sendo uma profissional ciente de suas responsabilidades, tem o cuidado com relação às medidas de biossegurança em seu centro estético. Os cuidados devem ser direcionados a todos os clientes, mas devem ser redobrados quando se trata de pacientes diabéticos. Quais são os cuidados, as medidas de biossegurança que os profissionais devem realizar, e os procedimentos usados para a realização dos spas das mãos e dos pés?

## Não pode faltar

Você conhece quais são os riscos e cuidados para evitar a contaminação nos centros de estética?

Os vírus são considerados agentes infecciosas por não serem considerados seres vivos pela grande maioria dos pesquisadores, mas podem causar diversos tipos de doenças, que em um ambiente voltado para estética podem ser evitados com cuidados básicos de higiene. Vamos falar um pouco mais de alguns tipos de vírus e como evitar sua proliferação.

Os vírus possuem organização estrutural simples, contendo basicamente ácido nucleico DNA ou RNA, envoltos por uma cápsula proteica, assim considerados os menores agentes infecciosos; estes não possuem organização e nem metabolismo próprio para se multiplicarem de forma independente, ou seja, permanecem inativos até que ocorra a interação entre as células hospedeiras, e esta característica confere aos vírus a classificação de parasitas obrigatórios.

Para que o vírus consiga infectar a célula hospedeira, é necessário que haja interações químicas entre a estrutura externa do vírus e receptores específicos contidos na superfície celular.

#### HIV

Conhecido como o vírus da imunodeficiência humana é caracterizado por gerar disfunção no sistema imunológico, representa um problema de saúde pública.

Esse vírus, após a fase aguda, que não necessariamente é percebida, pode haver um período assintomático de até dez anos e durante este período as células de defesa do organismo (os linfócitos) vão sendo destruídos o que resulta em um sistema imunológico debilitado que culminam em infecções oportunistas e que pode levar o indivíduo a morte.

A forma de transmissão ocorre por meio das relações sexuais desprotegidas, utilização de sangue ou seus derivados contaminados, recepção de órgãos ou sêmen de doadores não testados (contaminados), reutilização de seringas e agulhas, acidente ocupacional durante a manipulação de instrumentos perfurocortantes contaminados com sangue e secreções infectadas (BRASIL, 2016).

Após a exposição ao vírus HIV, é necessário avaliar como e quando ocorreu a exposição bem como identificar a condição sorológica do indivíduo. Existe tratamento disponibilizado que diminui as chances de infecção, no entanto, a decisão de utilizar ou não o tratamento depende de fatores como o tipo de material biológico envolvido, o tipo de exposição, o tempo decorrido entre a exposição e o atendimento e a condição sorológica do indivíduo.

## Fases da infecção pelo HIV

## Fase aguda

Esta fase varia de 3 a 6 semanas e compreende desde a incubação do vírus até o aparecimento dos primeiros sintomas. E estes são muito semelhantes aos de uma gripe, por este motivo frequentemente não são percebidos.

#### Fase de Latência

Período caracterizado por ser assintomático, pois as células de defesa respondem ao ataque do vírus. Esta fase pode durar muitos anos. Com o enfraquecimento do organismo, começam a surgir

sintomas como febre, diarreia, sudorese noturna e emagrecimento. E sintomas das doenças oportunistas, que caracterizam a fase avançada da AIDS.

### Hepatite

As hepatites virais são doenças causadas por vírus e podem ser agudas ou crônicas. A hepatite é uma doença causada por vírus e que é dividida em A, B e C.

### Hepatite A

A transmissão ocorre por meio do contato interpessoal, pela água e alimentos contaminados não sendo observada a transmissão da hepatite A via transfusão sanguínea ou parenteral.

Após a ingestão do vírus HAV, ele é conduzido para o fígado onde acontece a replicação genômica, e do fígado o vírus é transportado para o intestino, alcança as fezes facilitando a transmissão oro-fecal.

O período de incubação do vírus varia entre 15 a 45 dias onde os primeiros sintomas começam a surgir sendo eles vômitos, diarreia, febre, dores musculares, cansaço, mal-estar.

### Hepatite B

É uma doença transmitida por meio de solução de continuidade como a pele e mucosas, relações sexuais desprotegidas e por via parental, bem como a partir do compartilhamento de agulhas e seringas infectadas, procedimentos odontológicos e cirúrgicos. Pode se tornar crônica nos casos em que o vírus permanece por mais de seis meses no hospedeiro.

A hepatite B é uma das doenças infecciosas mais prevalentes no mundo com estimativa de 2 milhões de pessoas infectadas pelo vírus. O período de incubação: 6 a 8 semanas desde a exposição até o aparecimento dos sintomas. A via de transmissão é através da corrente sanguínea e por meio das relações sexuais a chamada transmissão vertical.

## Hepatite C

O vírus da hepatite C é o maior causador de cirrose e transplante hepático do mundo sendo transmitida principalmente por via parental. Grande parte dos casos são assintomáticos, o que dificulta o diagnóstico.

Quando os sintomas estão presentes, são caracterizados por anorexia, astenia, mal-estar e dor abdominal.

Para que exista a prevenção nos centros de Estética e Beleza, deve ser realizada a correta desinfecção e esterilização de instrumentos e equipamentos, o uso de EPI (luvas, máscaras, jalecos).

Os centros de Estética devem seguir alguns critérios para atender as boas práticas e biossegurança como obter a licença junto a Vigilância Sanitária do seu município, padronizar os procedimentos que regulamente as normas de biossegurança, ter rigor quanto a limpeza, desinfecção dos materiais, fornece e utilizar os EPIs.

#### Pé Diabético

O pé diabético é uma das complicações relacionadas com uma doença chamada diabete mellitus, uma doença crônica que se caracteriza pelo elevado nível de glicose no sangue.

A taxa de glicose normal no sangue do ser humano deve ficar entre 70 e 110 mg/dl, e quando essa taxa está alterada para cima, aproximadamente 140 mg/dl, requer exames complementares, como o exame de curva glicêmica para definir se o paciente é ou não é um diabético.

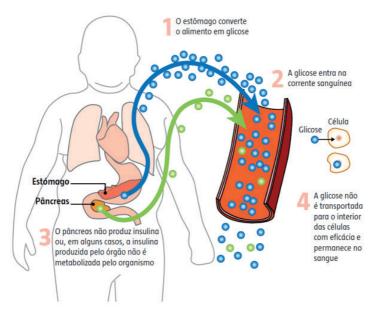
A diabetes mellitus pode ser classificada em tipo I e tipo II. Em geral, diz que a diabetes é caracterizada por hiperglicemia e intolerância à glicose, devido à pouca produção de insulina, à não produção de insulina ou à má utilização da insulina pelo organismo.

A diabetes tipo I, também conhecida como diabetes mellitus insulino-dependente, acomete pessoas menores de 30 anos de idade, surgindo bruscamente, de alguns dias até algumas semanas e o tratamento requer a aplicação de insulina externa.

A diabetes tipo II, também chamada como diabetes não insulinodependete, era antigamente conhecida como diabetes de adulto, pois aparece habitualmente em pessoas com mais de 30 anos de idade, tendo como pico de diagnóstico a idade entre 61 e 64 anos de idade, porém, os sintomas aparecem gradualmente chegando-se à conclusão que a doença já preexistia há muitos tempo, talvez entre 9 e 12 anos antes do diagnóstico. A maior parte dos diabéticos tipo 2 são obesos. Há também um outro tipo de diabetes, porém não tão comum, que é a diabetes mellitus gestacional, a qual acomete 3% das mulheres grávidas e que desaparece após a gestação.

A atenção especial ao paciente portador de diabetes é uma das principais funções do profissional que vai tratá-lo. Enorme é a variedade de podopatias que vêm por trás da diabetes. Uma unha mal cortada, um calo tratado de forma errônea, uma lesão provocada por um profissional, a demora no diagnóstico e atendimento podem ser fatores cruciais para proporcionar uma gangrena, necrose de um membro ou até mesmo o óbito.

Figura 3.14 | Ciclo da insulina em diabetes



Fonte: < http://www.diabetes.org.br/profissionais/images/2014/noticias/diabetes-ja-atinge-um-milhao-decriancas-no-brasil-A.jpg> Acesso em: 13 jun. 2018.

O pé diabético alia três fatores que podem apresentar-se em conjunto ou separadamente, são eles: angiopatia, neuropatia e infecção. É claro que quando somadas as três características é porque estamos diante de um paciente que deve ser tratado, em especial, pelo médico. É possível que apenas uma destas características se apresente no pé diabético, porém as demais poderão coexistir em menor grau podendo tornar-se críticas num futuro próximo, em

especial se o paciente não procurar um profissional adequado e médicos para o devido acompanhamento.

Os problemas vasculares são os mais comuns no pé diabético, dividindo-se em macroangiopatias e microangiopatias. A macro afeta as artérias de médio e grande calibre e tamanho, a micro afeta os capilares e arteríolas.

A neuropatia apresenta-se através da diminuição da sensibilidade ao calor, ao toque e à dor. Isso acontece devido à morte prematura dos neurônios periféricos, deixando os pés mais vulneráveis aos ferimentos e incômodos não sentidos.

Quando a neuropatia diabetogênica se apresenta separadamente das angiopatias, os ferimentos são mais facilmente cicatrizados e combate-se melhor as infecções, pois a chegada de nutrientes e de anticorpos pela corrente sanguínea faz-se mais efetiva. Em contrapartida, quando aliada aos problemas circulatórios, à cicatrização e ao combate a infecções, torna-se prejudicado, aumentando dessa maneira a dificuldade de tratar esse tipo de paciente e aumentando o número de amputação e mortalidade.

A infecção é o terceiro fator que pode aparecer separadamente, mas que na maior parte das vezes, surge aliada aos outros fatores: angiopatia e neuropatia. A infecção deteriora o controle da diabetes, apesar de que a descompensação diabética faz o paciente mais propenso à mesma.

Isso mostra como é preocupante uma lesão em pé diabético, uma infecção em pé diabético, posto que é de difícil recuperação, principalmente quando aliada a problemas circulatórios. Uma simples onicocriptose com infecção, um calo infeccionado e até um calo ferido que pode infeccionar, pode se transformar em um mal perfurante plantar, uma úlcera, uma verruga plantar.

E por esse motivo que os cuidados com esse cliente devem ser redobrados.



Dentre os principais cuidados, temos a higienização das mãos dos profissionais.

A higienização das mãos consiste na diminuição ou na eliminação das sujidades e da microbiota residente e transitória da superfície da pele e

deve ocorrer sempre que houver sujidades visíveis , após contato com materiais biológicos ( sangue, secreções), antes e após o atendimento com cada cliente, tendo como principal objetivo minimizar as infecções cruzadas onde a maior propagação nos centros de estética são as mãos e os utensílios contaminados.

A técnica de higienização das mãos para os profissionais da estética pode variar conforme a utilização de produtos específicos como água e sabão, preparação alcóolica e antisséptico.

O uso de água com sabão é indicado nas situações como: mãos com sujidades visíveis como sangue e fluidos corporais, ao iniciar o turno de trabalho e ao atender cada cliente, antes de preparação e manipulação dos produtos.

O uso de preparação alcoólica é indicado antes do contato com o cliente, após o contato, deve-se fazer aplicação de procedimentos estéticos (massagem).

Técnicas de Higienização das Mãos

Figura 3.15 | Técnica de Higienização das Mãos



Fonte: <a href="http://www.tecnicoemenfermagem.net.br/higiene-das-maos/">http://www.tecnicoemenfermagem.net.br/higiene-das-maos/</a>>. Acesso em: 10 jun. 2018.

Produtos recomendados para a higienização das mãos:

Sabão neutro: caracterizado por ter menor potencial irritativo, deve ser armazenado em forma individual em saboneteiras tipo bag a fim de reduzir o potencial de contaminação do produto. As saboneteiras devem apresentar um dispositivo de acionamento que evite o contato direto das mãos com o produto.

Álcool 70% com emoliente (álcool em gel): reconhecido por sua ação antisséptica e germicida e este deve ser armazenado também em saboneteiras tipo bag. Pode ser disponibilizado em pontos estratégicos nos centros de estética.

Papel toalha descartável: produto para a secagem das mãos indispensável uma vez que as toalhas de tecido apresentam riscos de armazenar microrganismos.

Agora que você conhece as principais infecções, a importância dos cuidados com os pés diabéticos vamos conhecer o termo e suas atribuições quanto aos spas dos pés.

Nos dias atuais, existe uma grande preocupação com a qualidade de vida e que está diretamente atrelada aos procedimentos estéticos.

O que vem à sua mente quando você houve a palavra spas dos pés. Com toda a certeza em algo que traga relaxamento e bemestar não é mesmo?

Podemos definir como spas um lugar onde o objetivo é restaurar o equilíbrio físico, mental e emocional dos indivíduos.

A etimologia da palavra spa vem do latim e que significa saúde pela água. A origem dos spas data da pré-história, na qual os egípcios faziam uso dos banhos de imersão e escaldas pés.

Dentro de um spas diversos serviços são prestados, como procedimentos na área da estética facial e corporal, capilar entre outros.

Vamos pensar agora em nossos pés e na importância que este exerce em todo o organismo: são nos pés que estão concentrados os pontos reflexos que correspondem a todas as regiões corporais, temos muitos receptores nesta região também. Da mesma forma devemos pensar nas mãos que possuem pontos reflexos que correspondem a todos os órgãos do corpo.

Dessa maneira, ao tratar as mãos e pés os cuidados nas normas de biossegurança devem ser seguidos para assegurar a qualidade de vida do cliente e do profissional.

Nas bacias onde são realizados os escaladas pés deve ser inserido os protetores de bacia sendo descartados a cada procedimento, após a realização lavar com detergente neutro e álcool 70. As mãos do profissional devem estar enluvadas os utensílios utilizados devem ser higienizados ao final do procedimento.

Quando se trata de spas dos pés e das mãos temos uma gama variada de produtos que podem ser utilizados como a talassoterapia, argila, óleos essenciais, cremes emolientes e hidratantes.

É muito importante que o profissional da estética e cosmética tenha cuidado quando tratar do pé diabético, uma vez que sabemos que esses clientes apresentam a pele extremamente seca e podem apresentar fissuras e rachaduras nos pés.

Usar água morna para os procedimentos como o escalda-pés, enxugar com uma toalha macia principalmente o vão dos dedos. Evitar andar descalço pois um dos sintomas é a falta de sensibilidade e o cliente pode pisar em uma pedra e machucar e que pode levar a uma infecção indesejada.

Tome cuidado com os calçados apertados, a tecnologia hoje conta com calçados confortáveis e anatomicamente corretos, macios e sem muitas fivelas que podem ocasionar lesões.

As meias devem ser as de algodão e sem costura pois estes tecidos ajudam os pés a respirarem.

Com relação às unhas, evite retirar as cutículas pois elas representam uma barreira de proteção para as unhas, evite deixar as unhas muito tempo de "molho", evite as unhas postiças uma vez que são mais propicias a umidade e a proliferação dos fungos, preste atenção com relação ao corte das unhas não as deixe muito curta e prefira o corte quadrado para evitar que as mesmas encravem.



Reflita

Você observou como as questões de biossegurança são fundamentais nos centros de estética. O profissional deve conhecer e pôr em prática em todos os procedimentos realizados como forma de prevenção e cuidados tanto para o ele mesmo como para o cliente.

É muito importante em um processo de limpeza e desinfeçção de materiais os tipos de artigos que existem e a forma pela qual essa limpeza deve ser realizada.

Você conhece quais são os artigos críticos e quais cuidados a serem adotados?

Os artigos críticos são aqueles utilizados em procedimentos invasivos e injetáveis, esse tipo de artigo deve esterilizado para evitar a contaminação microbiana. Exemplo: alicate de cutículas.

Os artigos semicríticos são aqueles que entram em contato com membranas e mucosas íntegras ou com a pele intacta. Esses tipos de materiais devem passar pelo procedimento de desinfeção por métodos físicos ou químicos. Os produtos mais utilizados neste processo álcool etílico e isopropílico, hipoclorito de sódio, peróxido de hidrogênio.

Recipientes destinados à imersão dos pés e mãos, cubetas, escovas de cabelos.

Os artigos não críticos são aqueles materiais que entram em contato com a pele íntegra tornando baixo risco de contaminação pelo cliente. São exemplos desses tipos de artigos, bancadas e escadas.

## Pesquise mais

No artigo abaixo, você encontrará informações sobre biossegurança em centros de estética.

<a href="http://editora.unoesc.edu.br/index.php/apeuv/article/view/16030/8388">http://editora.unoesc.edu.br/index.php/apeuv/article/view/16030/8388</a>. Acesso em: 10 ago. 2018.

No artigo seguinte, você encontrará informações sobre risco oculto no segmento da estética.

<a href="http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n4/15.pdf">http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n4/15.pdf</a>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

No terceiro artigo, você encontrará informações sobre o pé diabético: orientações e conhecimento sobre cuidados preventivos

<a href="http://www.scielo.br/pdf/fm/v26n3/a19v26n3.pdf">http://www.scielo.br/pdf/fm/v26n3/a19v26n3.pdf</a>>. Acesso em: 20 ago. 2018.

## Sem medo de errar

Depois da leitura do texto, tenho certeza de que você consegue contribuir para o auxílio da Joana. Dessa forma, quais são os cuidados e as medidas de biossegurança que os profissionais devem realizar e quais os procedimentos usados para a realização dos spas das mãos e dos pés.

Como você observou, ainda para auxílio de Joana, a área da estética e cosmética vem crescendo a cada dia, novos recursos para imagem pessoal e saúde vêm sendo empregados para facilitar os procedimentos utilizados em centros de estética e cosmética com isso o profissional deve sempre estar atualizado.

Os problemas vasculares são comuns no pé diabético, podendo acarretar infecção de difícil recuperação, principalmente quando aliada a problemas circulatórios. Uma simples onicocriptose com infecção, um calo infeccionado e até um calo ferido que pode infeccionar, transformando-se em um mal perfurante plantar, uma úlcera, uma verruga plantar. E por este motivo é os cuidados com este cliente deve ser redobrado com relação aos cuidados.

Nos dias atuais existe uma grande preocupação com a qualidade de vida e que está diretamente atrelada aos procedimentos estéticos. Dentro dos centros de estética e cosmética podemos ter diversos serviços de spas para pés e mãos. No caso do spas dos pés, temos uma gama variada de produtos que podem ser utilizados como a talassoterapia, argila, óleos essenciais.

## Avançando na prática

## A estética no auxílio do cliente com hepatite B

### Descrição da situação-problema

Rosana descobriu há cerca de 5 anos que tem hepatite B, ela adquiriu a doença quando frequentava um centro de pés e mãos em que os profissionais não faziam o uso do equipamento autoclave, desse modo, seus materiais não eram esterilizados. Rosana após a descoberta da doença começou a tomar cuidado redobrado com seus utensílios de remoção de cutícula, além de sempre falar para os profissionais que a atendem a fim de alertar sobre os cuidados

que esse profissional deve ter. Qual será a sua conduta perante o caso exposto? De que forma você agirá com esse paciente?

### Resolução da situação-problema

O tecnólogo em estética e cosmética pode auxiliar desde o início, pensando no resgate da autoestima e da qualidade de vida, trabalhando a autoestima da paciente, o que refletirá em um tratamento mais seguro e eficaz. Mas, levando em consideração que existe uma patologia de base e que Rosana segue no tratamento, deve-se estar atento sempre que todo cuidado é pouco, quando se tem uma situação que envolve hepatite B, tendo em mente que nunca se deve tratar o cliente mal pelo fato de ter a doença.

Deve ser feita a esterilização de todos os utensílios usadas na paciente para que o microrganismo não passe para outras pessoas. A higiene do profissional deve ser adequada também, utilizando luvas, jaleco, máscara e touca.

E claro que pode ser realizado os diversos serviços de spas para pés e mãos. No caso do spas dos pés, temos uma gama variada de produtos que podem ser utilizados como a talassoterapia, argila, óleos essenciais.

## Faça valer a pena

- **1.** A diabetes mellitus que pode ser classificada em tipo I e tipo II. Em geral, diz que a diabetes é caracterizada por hiperglicemia e intolerância à glicose, devido à pouca produção de insulina, à não produção de insulina ou à má utilização da insulina pelo organismo. Ao se deparar com um paciente diabético alguns cuidados devem ser tomados, com relação ao diabetes e aos cuidados com o pé diabético assinale a alternativa correta: I- A diabetes tipo I, também conhecida como diabetes Mellitus insulinodependente, acomete pessoas menores de 30 anos de idade, surgindo bruscamente, de alguns dias até algumas semanas e o tratamento requer a aplicação de insulina externa.
- II- A diabetes tipo II, também conhecida como diabetes não insulinodependete, era antigamente conhecida como diabetes de adulto, pois aparece habitualmente em pessoas com mais de 30 anos de idade, tendo como pico de diagnóstico a idade entre 61 e 64 anos de idade, porém, os sintomas aparecem gradualmente chegando-se à conclusão que a doença já preexistia há muitos tempo, talvez entre 9 e 12 anos antes do diagnóstico. A maior parte dos diabéticos tipo 2 são obesos.

- III- A diabetes mellitus gestacional, a qual acomete 3% das mulheres grávidas e que desaparece após a gestação.
- IV- O profissional deverá estar atento quando tratar um paciente diabético principalmente quando tiver alguma ferida ou machucado.

### Está correto o que se afirma em:

- a) ) I e IV apenas.
- b) II e III apenas.
- c) Il apenas.
- d) I, III, IV apenas.
- e) I, II, III e IV.
- **2.** As hepatites virais são doenças causadas por vírus e podem ser agudas ou crônicas. A hepatite é uma doença causada por vírus e pode ser adquirida em centros de estética, de que forma essa contaminação pode acontecer
- I- Hepatite A: doença considerada transmitida por meio de solução de continuidade como a pele e mucosas, relações sexuais desprotegidas e por via parental como através do compartilhamento de agulhas e seringas infectadas, procedimentos odontológicos e cirúrgicos. Pode se tornar crônica nos casos em que o vírus permanece por mais de 6 meses no hospedeiro. Uma das formas de contaminação que pode acontecer em centros de estética é através de alicates de cutícula, cureta, ponteiras diamantadas do peeling de diamantes.
- II- Hepatite B: a transmissão ocorre através do contato interpessoal, pela água e alimentos contaminados não sendo observada a transmissão da hepatite A via transfusão sanguínea ou parenteral.
- III- Hepatite C: é o maior causador de cirrose e transplante hepático do mundo sendo transmitida principalmente por via parental. Grande parte dos casos são assintomáticos o que dificulta o diagnóstico. Como os sintomas estão presentes estão caracterizados por anorexia, astenia, malestar e dor abdominal.

### Está correto o que se afirma em:

- a) I apenas.
- b) II e III apenas.
- c) III apenas.
- d) I e III apenas.
- e) I, II e III.

- **3.** Após a exposição ao vírus HIV, é necessário avaliar como e quando ocorreu a exposição bem como identificar a condição sorológica do indivíduo. Existe tratamento disponibilizado que diminui as chances de infecção, no entanto, a decisão de utilizar ou não o tratamento depende de fatores como o tipo de material biológico envolvido, o tipo de exposição, o tempo decorrido entre a exposição e o atendimento e a condição sorológica do indivíduo.
- 1- Fase aguda
- 2- Fase de Latência
- ( ) É na primeira fase que ocorre a incubação do HIV tempo da exposição ao vírus até o surgimento dos primeiros sinais da doença. Esse período varia de 3 a 6 semanas.
- ( ) O organismo leva de 30 a 60 dias após a infecção para produzir anticorpos anti-HIV.
- ( ) Os primeiros sintomas são muito parecidos com os de uma gripe, como febre e mal-estar. Por isso, a maioria dos casos passa despercebido.
- ( ) É marcada pela forte interação entre as células de defesa e as constantes e rápidas mutações do vírus. Mas que não enfraquece o organismo o suficiente para permitir novas doenças, pois os vírus amadurecem e morrem de forma equilibrada.
- ( ) Esse período, que pode durar muitos anos, é chamado de assintomático. Com o frequente ataque, as células de defesa começam a funcionar com menos eficiência até serem destruídas.
- ( ) O organismo fica cada vez mais fraco e vulnerável a infecções comuns.

Verifique acima a fase de infecção pelo HIV que se enquadra na coluna com a descrição correta:

- a) 1, 1, 1, 2, 2, 2.
- b) 1, 2, 1, 2, 1, 2.
- c) 2, 2, 2, 1, 1, 1.
- d) 2, 1, 2, 1, 1, 1.
- e)1, 1, 2, 2, 1, 2.

## Referências

AGUIAR, T. **Personal Stylist:** guia para consultores de imagem. 6. ed. São Paulo: SENAC, 2011.

BARBOSA, L. da S. Estética e imagem pessoal. São Paulo: Pearson, 2012.

BORGES, F. dos. **Dermato- funcional:** modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas, São Paulo: Phorte, 2006.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária Microbiologia Clínica para o Controle de Infecção Relacionada à Assistência à Saúde. **Módulo 1:** Biossegurança e Manutenção de Equipamentos em Laboratório de Microbiologia Clínica/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. – Brasília: Anvisa, 2013. 44 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais. **Manual Técnico para o Diagnóstico das Hepatites Virais.** Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BREVIGLIERO, E; POSSEBON, J.; SPINELLI, R. **Higiene Ocupacional** - Agentes Biológicos, químicos e Físicos. 8. ed. Senac. São Paulo.

GUIRAO, M. E. F. A etiqueta que faz a diferença nas empresas. São Paulo. Novatec, 2006.

MARTINI, A. C. Lavagem das mãos no olhar de trabalhadores de enfermagem. 2004. 115f. Dissertação (Mestrado). Escola de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2004.

MASTROENI, M. F. **Biossegurança aplicada a laboratórios e serviços de saúde.** São Paulo: Atheneu, 2004.

MATARAZZO, C. Etiqueta sem frescura. 27. ed. São Paulo: Melhoramentos, 2005.

MENDES, V.; DE LA HAYE, A. **A moda do século XX**. Especial moda. Martins Fontes: São Paulo, 2009.

NEVES, T. P.; PORTO, M. F. S.; MARINHO, C. L. C.; BRAGA, A. M. C. B. O conceito de biossegurança à luz da ciência pós-normal: avanços e perspectivas para a saúde coletiva. **Saúde Soc**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 158-168, 2007.

SÃO PAULO. **Manual de orientação para instalação e funcionamento de institutos de beleza sem responsabilidade médica.** Centro de Vigilância Sanitária do Estado de São Paulo Junho/2012 <a href="http://www.cvs.saude.sp.gov.br/zip/Manual%20">http://www.cvs.saude.sp.gov.br/zip/Manual%20</a> est%C3%A9tica%20 revisado-11set13.pdf>. Acesso em: 14 jun. 2017.

TEIXEIRA, M. **Lei n.6.846, de 2002.** Regulamenta a profissão de cabeleireiro, barbeiro, manicuro e pedicuro. Comissão de Trabalho, de Administração e Serviço Público, Brasília, 2002.

TORTORA, G. J; FUNKE, B. R.; CASE, C.L. Microbiologia. 8. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

TRABULSI, L.R.; ALTERTHUM, F. Microbiologia. 4. ed. São Paulo: Atheneu, 2005. 101p.

## Recursos de construção e elaboração da imagem pessoal — II

#### Convite ao estudo

Seja bem-vindo à Unidade 4, na qual trataremos a respeito do câncer de pele e dos tipos diferentes de bronzeamentos existentes.

Na busca incessante pela beleza, as mulheres, principalmente, fazem de tudo para alcançá-la. Uma das técnicas que mais se tem procura é a realização da aplicação de sessões de laser para retirada total ou parcial dos pelos. Mas, essa busca às vezes pode trazer complicações, uma delas é a queimadura ocasionada pelo laser quando aplicado de forma erronia acarretando comprometimento da pele do cliente. Muitas são as formas e técnicas de depilação e epilação existentes no mercado, basta o profissional ser qualificado e ter habilitação para realização do mesmo. Dessa forma, você, aluno do curso de Estética e Cosmética, a partir de seus conhecimentos deve exercer de maneira ética e coerente, os procedimentos que lhe são cabíveis dentro da sua classe profissional.

## Seção 4.1

# Bronzeamento natural e artificial e seus benefícios e malefícios

## Diálogo aberto

O índice de câncer de pele segue níveis alarmantes. Apesar da mídia contribuir de forma incisiva ainda é um motivo de grande preocupação para os profissionais da área da saúde. Um dos indícios de aumento dos casos de câncer de pele se dá pela exposição excessiva ao sol e a falta de proteção, além disso a realização de bronzeamento artificial aumenta ainda mais o risco de surgimento de melanomas. Estudos da OMS afirmam que a exposição às lâmpadas UVA aumenta em 75% os riscos do desenvolvimento de melanoma, tipo mais grave de câncer de pele, por meio de danos às células da pele, fazendo com que se multipliquem desordenadamente.

Na busca incessante pela beleza, as mulheres, principalmente, fazem de tudo para alcançá-la. Uma das técnicas que mais se tem procura é a realização da aplicação de sessões de laser para retirada total ou parcial dos pelos. Mas, essa busca às vezes pode trazer complicações, uma delas é a queimadura ocasionada pelo laser quando aplicado de forma erronia ou por simples comprometimento da pele do cliente. Muitas são as formas e técnicas de depilação e epilação existentes no mercado, basta o profissional ser qualificado e ter habilitação para realização do mesmo. Dessa maneira, você, aluno do curso de Estética e Cosmética, por meio de seus conhecimentos deve exercer de maneira ética e coerente, os procedimentos que são cabíveis a você dentro da sua classe profissional.

Agora, leia atentamente a situação que será apresentada e ajude o profissional que atenderá Ana Clara na realização do procedimento.

Ana Clara é rainha da escola de Samba Vai-vai, sempre preocupada com a beleza do corpo externo e como executar uma bela performance no desfile final, ela se esquecera de um ponto importante e crucial: o cuidado com a saúde do corpo.

Ana Clara passava a maior parte do dia em clínicas de estética que ofereciam servicos de tratamentos corporais e faciais, mas ela tinha predileção por uma clínica em especial que oferecia o serviço de bronzeamento artificial. Sempre acessando as mídias para buscar informações que remetesse à beleza do corpo, a mesma não havia percebido que a prática do bronzeamento artificial já não era mais permitida pela ANVISA. Em um determinado dia, Ana Clara se dirigiu até a clínica que oferecia o servico de bronzeamento artificial e, como de costume. ela fez o procedimento e notou, naquele dia, uma sensação desconfortável de ardência na pele, mas não comentou nada a respeito. Tempos depois do procedimento, ela notou a presença de algumas manchas escuras espalhadas pelo corpo, que apresentavam um volume anormal. Diante do ocorrido, ela se dirigiu até um dermatologista que, após muitos exames, fez o diagnóstico de câncer de pele, e informou que o câncer só surgiu pelo excesso de bronzeamentos artificiais a que ela se sujeitou. Naquele momento, Ana Clara percebeu o quanto foi imprudente e o quanto negligenciou a saúde de seu corpo, depois de muitas pesquisas e indicações, ela encontrou uma clínica de estética renomada, que tem licença e profissionais capacitados para a realização de bronzeamentos naturais. Quais seriam os procedimentos de bronzeamento natural, os produtos home-care recomendados para manutenção e o preparo da pele com esfoliação e banho de lua pré- bronzeamento pertinentes ao profissional da estética e cosmética?

### Não pode faltar

#### Carcinogênese por radiação

A energia de radiação quer seja na forma de raios UV da luz solar ou sob a forma de ionização eletromagnética e radiação particulada, é um carcinógeno bem estabelecido. A luz UV está claramente envolvida na etiologia dos cânceres de pele, e a exposição à radiação ionizante devido à exposição médica ou ocupacional, acidentes de usinas nucleares e detonações de bombas atômicas produziu uma diversidade de cânceres. Apesar da contribuição da radiação para o número total de

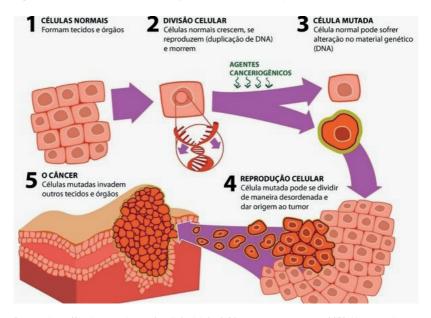
cânceres serem provavelmente pequena, a bem conhecida latência do dano provocado por energia de radiação e o seu efeito cumulativo requerem períodos extremamente longos de observação o que torna difícil a averiguação dos danos que podem ocorrer por completo no organismo humano (PRESTON et al., 2002).

#### Raios Ultravioletas

Há ampla evidência advindo dos estudos epidemiológicos que os raios UV derivados do sol causam incidência aumentada de carcinoma de células escamosas, carcinoma basocelular e possivelmente de melanoma da pele. O grau de risco depende do tipo de raios UV, da intensidade da exposição e da quantidade do "manto protetor" que absorve luz, composto pela melanina da pele. Pessoas de origem europeia que possuem pele clara repetidamente exposta ao sol, mas que bravamente se recusam a ficar bronzeadas, e que moram em locais que recebem muita luz solar (p. ex, Queensland, na Austrália, próximo ao equador) estão entre as incidências mais altas de câncer de pele (melanoma, carcinoma de células escamosas e carcinomas basocelulares) no mundo. Os cânceres de pele não melanoma estão associados a uma exposição total cumulativa a radiação UV, enquanto os melanomas estão associados à intensa exposição intermitente – como ocorre ao se pegar sol. A porção de UV do espectro solar pode ser dividida em três grandes gamas de comprimento de onda: UVA (320-400 nem), UVB (280-320 nem) e UVC (200 a 280 nem). Acredita-se que entre eles, o UVB seja responsável pela indução dos cânceres de pele. O UVC, apesar de ser um potente mutagênico, não é considerado significativamente, por ser filtrado pela camada de ozônio ao redor da Terra (daí a preocupação em torno da depleção do ozônio) (Cleaver JE, Crowley E., 2002).

A luz UVB tem capacidade de induzir o câncer devido à formação de dímeros de pirimidina ciclobutano (CPD) que levam a alterações genética das células, acarretando dano ao DNA.

Figura 4.1 | Como ocorre à formação do carcinoma de pele



Fonte: <a href="https://static.tuasaude.com/media/article/eu/p8/como-surge-o-cancer\_9832\_l.jpg">https://static.tuasaude.com/media/article/eu/p8/como-surge-o-cancer\_9832\_l.jpg</a> >. Acesso em: 11 set. 2018.

# Radiação solar: os benefícios e malefícios

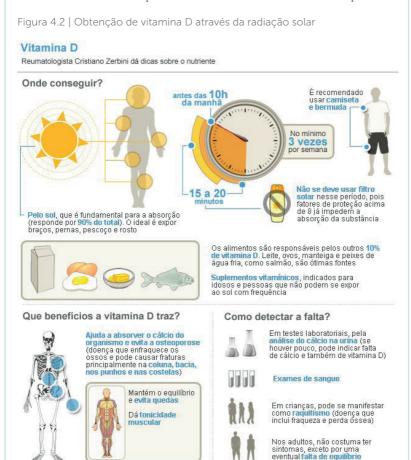
Benefícios da radiação solar sobre o corpo

O sol traz muitos benefícios ao ser humano, contribuindo para a saúde e bem-estar físico e psíquico. Na medida certa de 15 a 30 minutos por dia, antes das 10 horas da manhã e após às 16 horas, faz com que nosso corpo produza naturalmente vitamina D, essencial ao seu funcionamento.

Na nossa pele existem substâncias precursoras desse micronutriente, e quando os raios ultravioletas especialmente os do tipo UVB, incidem sobre a derme as moléculas das substâncias são transformadas em vitamina D, indo para a corrente sanguínea e é transportada para diversos órgãos.



Como acontece a obtenção de vitamina D com o auxílio da radiação solar:



Arte/G1

Fonte: <a href="fonte:">Fonte: <a href="fonte:">Fonte: <a href="fonte:">fonte: <a href="fonte:">fonte: <a href="fonte:">fonte: <a href="fonte: fonte: fonte:

O sol é necessário à vida e possui benefícios reais, são eles:

- Ajuda na absorção do cálcio, evitando doenças dos ossos (osteoporose, raquitismo).
- Ajuda a baixar o colesterol e a pressão arterial.

- Auxilia na diminuição de dores articulares, na artrite reumatoide (reumatismo).
- Protege contra o câncer de mama, cólon e próstata e previne que progridam quando já instaladas.
- Contribui na produção de melatonina (hormônio que proporciona melhor qualidade de sono) e na prevenção de doenças como depressão e transtornos de humor.
- Atua como agente adstringente e no controle de infecções como a tuberculose.
- Melhora o sistema imunológico.
- Auxilia no tratamento tensão menstrual.

Figura 4.3 | Benefícios do sol

Ossos - A vitima D aumenta a absorção de cálcio pelos ossos. Por isso, os banhos de sol são indicados para combater o raquitismo na infância e a osteoporose na velhice.

**Sistema imunológico** - a exposição ao sol ajuda a fortelecer o sistema imunológico Com Células de defesa mais fortes, o risco de infecções diminui.

Pâncreas - na medida certa a vitamina D previne diabetes tipo 2. O micronutrientes ajuda as células pancreáticas a liberar insulina, hormônio que regula as taxas de açúcas no sangue.

Cérebro - o sol tem ação antidepressiva. A vitamina D faz com que haje um aumento na liberação das substâncias cerebrais assosciadas à sensação de bem-estar e euforia, como as endorfinas

Próstata, mama, pulmão e intestino - a vitamina D desempenha papel fundamental no processo de multiplicação celular, a sua falta está associada a um aumento no risco de câncer, sobretudo de próstata, mama, pulmão e intestino. A incidência dessas doenças chega a ser 50% inferior em regiões ensolaradas.

Rins - a vitamina D está envolvida na síntese de renina, hormônio de controle da pressão arterial.

Fonte: <a href="https://www.unimed.coop.br/documents/20182/25083/1269027579240box-orgaos.gif">https://www.unimed.coop.br/documents/20182/25083/1269027579240box-orgaos.gif</a>. Acesso em: 11 set. 2018.

#### Radiação Solar e seus malefícios

O sol é extremamente importante para a nossa saúde, entretanto, o excesso da radiação solar tem efeitos contrários e graves para a saúde.

Devido à diminuição da camada de ozônio cerca de 50% de energia que atinge a terra é transportada sob a forma de radiação infravermelha, 30% sob a forma de luz visível, 5% pertence ao aspecto ultravioleta, subdividindo em 3 categorias:

- UVA: que atravessam a epiderme até as células pigmentarias, de ação longa e retardada.
- UVB: provocadores de queimaduras (eritema).
- UVC: retidos principalmente pela camada de ozônio nas camadas altas da atmosfera

As exposições solares prolongadas podem causar danos à saúde como:

- Queimaduras: reação causada pelos raios ultravioletas (UVB), podendo ser classificados em queimaduras de 1º grau (provocam vermelhidão, eritema na pele) ou 2º grau(além da vermelhidão, sensação de ardor e calor, inchaço (edema) e formação de vesículas (micro bolhas).
- Dano ocular: o excesso de luminosidade podem causar catarata, pterígio (formação carnosa que recobre região branca do olho) e câncer de pele nas pálpebras.
- Herpes: reativado com a exposição excessiva ao sol.
- Acne: causam irritações na pele fazendo com que ela produza mais sebo e sudorese, criando um ambiente propício para o crescimento de bactérias e fungos que causam a acne.
- Envelhecimento precoce: exposição ao sol sem proteção causam o aparecimento de rugas e manchas na pele, características do envelhecimento precoce.
- Melasma: são manchas de cor marrom, aparecem geralmente nas mãos, braços e rosto.
- Queratose: feridas ásperas e pequenas que nunca saram, podendo transformar em câncer de pele.
- Câncer de pele: neoplasia que atinge a derme e pode se dividir em carcinoma basocelular, carcinoma epidermoíde e melanona, sendo o melanoma uma doença mais letal.

Os danos causados pelo sol vão muito além da hiperemia e edema da pele. Como prevenção devemos sempre aplicar protetor

solar meia hora antes e depois da exposição solar, reaplicando de 2 em 2 horas e evitando as horas de maior radiação solar das 10 às 16 horas.

Figura 4.4 | Tipos de câncer de pele



Sinal comum
Pequeno ponto ou
aglomerado marrom.
Não cresce e não evolui
ao longo dos anos.



Carcinoma basocelular Manchas vermelhas ou feridas de dificil recuperação.



Carcinoma de células escamosas Verrugas que sangram ou feridas constantemente abertas.



Melanoma Sinais multicoloridos e assimétricos que mudam de forma e tamanho.

 $Fonte: < https://static.wixstatic.com/media/58b242\_cbf38fdb3e864eb0926c427c5a4aa26d < mv2.jpg/v1/fill/w\_605,h\_346,al\_c,lg\_1,q\_80/58b242\_cbf38fdb3e864eb0926c427c5a4aa26d < mv2.webp>. Acesso em: 11 set. 2018.$ 



Reflita

Grande parte das pessoas sabe que a exposição excessiva e sem proteção a radiação solar é maléfica e pode acarretar o surgimento de carcinomas malignos de pele, mas, mesmo tendo informações, elas se expõem ao sol. Por que você acha que elas correm esse risco diário?

# Conceitos e tipos de bronzeamentos naturais e artificiais (proibição do uso e comercialização de câmaras de bronzeamentos) e os ativos utilizados

O bronzeamento é um mecanismo de defesa do nosso corpo. Quando a pele é agredida pela radiação solar, desencadeia uma reação do organismo, a produção de melanina que se oxida ao entrar em contato prolongado com a radiação solar. A pele, quando não consegue produzir melanina o suficiente, sofrerá danos, como envelhecimento da pele, manchas, pintas e podendo resultar no câncer de pele.

#### Existem dois tipos de bronzeamentos o natural e o artificial:

- Bronzeamento natural é feito pela exposição direta ao sol, com auxílio de produtos aceleradores de bronzeamento a base de parafina que deve estar presente em óleo ou creme de bronzeamento e o uso de biquíni de fita plástica e esparadrapo. A fita plástica é utilizada para fazer a marca do biquíni que poderá ser com espessura de 6mm, 8mm ou 10mm. É essencial o uso de protetor solar nas mãos e no rosto no procedimento do bronzeamento e essa exposição tem duração média de 1 hora e 20 minutos.

Ingerir alimentos que possuem betacaroteno, essa dieta é a base de cenoura, mamão, abóbora, beterrabas e couve, auxiliam na formação da melanina.

Bronzeamento artificial é a forma rápida e fácil de adquirir uma cor bronzeada, a partir da aplicação de produtos químicos na pele para produzir um efeito similar em aparência ao bronzeamento solar.

Os métodos utilizados para um bronzeamento artificial são:

 Câmara de bronzeamento: conhecida por deixar a pele na cor desejada em poucas horas, emitem raios ultravioletas (UVA), o principal responsável pelo envelhecimento da pele, além de predispor o risco de desenvolver melanoma. O UVA penetra profundamente na pele alterando as fibras elásticas e colágeno, provocando rugas, perda da elasticidades e manchas. A ANVISA passou a considerar as câmaras de bronzeamentos cancerígenas, e seu uso foi proibido no Brasil.



Figura 4.5 | Câmara de bronzeamento

Fonte: iStock.

- Autobronzeadores: forma mais segura, tratam-se de cremes formulados que reagem escurecendo a pele por meio da pigmentação da queratina presente na camada mais externa sem prejudicar a saúde. Seu uso não é aconselhado para quem pretende se expor ao sol ou pessoas alérgicas.
- Bronzeamento a jato: esse procedimento deve ser realizado com a pele limpa e é recomendado que se faça uma esfoliação e depilação 12 horas antes do procedimento. A aplicação é feita por meio de uma pistola conectada a um compressor, o produto utilizado é feito a base de DHA (dihidroxiacentona), é um açúcar incolor que interage com as células mortas localizadas na camada superficial e com a melanina, estimulando a epiderme a fixar a coloração. Esse procedimento não é recomendado para gestantes, pessoas alérgicas ao produto ou com ferimentos na pele.
- Pílulas de bronzeamento: suplementos orais enriquecidos com diversos ativos que estimulam a produção de melanina quando se expõem ao sol. Apesar de não apresentar efeitos colaterais é indicado cuidados ao se expor ao sol, para que não ocorra desenvolvimento do câncer de pele.



#### Sobre a proibição do uso de camas de bronzeamento artificial:

Resolução RDC 56/2009 pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). A norma proibiu o uso de equipamentos de bronzeamento artificial baseados na emissão de radiação ultravioleta.

A instrução normativa teve como base estudos da Organização Mundial da Saúde, que incluiu a exposição a raios ultravioleta na lista de práticas cancerígenas. Citaram ainda que a decisão foi acertada porque a Anvisa tem o dever de regulamentar, controlar e fiscalizar os serviços que envolvam riscos à saúde pública e tem poder de polícia.

O dever que Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) tem de controlar os serviços que envolvam riscos à saúde pública, além de seu poder de polícia, dão ao órgão competência para regular o uso de camas de bronzeamento.

Fonte: Revista **Consultor Jurídico**, 18 de fevereiro de 2017, disponível em: <a href="https://www.conjur.com.br/2017-fev-18/regular-saude-publica-anvisa-proibir-camas-bronzeamento">https://www.conjur.com.br/2017-fev-18/regular-saude-publica-anvisa-proibir-camas-bronzeamento</a>. Acesso em: 11 set. 2018.

Ativos utilizados nos produtos de bronzeamentos.

- Bronzeamento parafina: a parafina deve constar na forma de pó em óleos ou cremes, proporcionando um melhor resultado na tonalidade da pele com o princípio ativo do urucum, que ativa a produção de colágeno e melanina da pele, deixando um aspecto de bronzeada.
- Bronzeamento a jato e autobronzeadores: com princípio ativo a base DHA (dihidrixiacentona) também conhecido como glicerona. É um monossacarídeo derivado de vegetais como cana de açúcar, beterraba-sacarina ou da fermentação do glicerol pela bactéria. É utilizado na fabricação de bronzeadores aplicada na pele sob a forma de creme e loções ou através de bronzeamento a jato, causando a coloração do bronzeado.
- Pílulas de bronzeamento: são a base de licopeno, vitaminas E, A e C, betacaroteno, extrato de cacau e urucum que estimulam a produção de melanina responsável pelo bronzeamento.
- Cremes pós-sol: ajudam a suavizar a pele queimada pelo sol, garantindo o bronzeamento da pele sem descascar e diminuindo a inflamação causada pelos raios ultravioletas. Contém ingredientes naturais como aloe vera (suavisa inflamações, irritações e nutre a pele), camomila (rica azuleno, calmante natural, suaviza o vermelhidão da pele).

O profissional da estética e cosmética deve sempre indicar para seus clientes, procedimentos seguros e que tenham respaldo legal perante os órgãos competentes.



#### Assista ao vídeo

Dermatologista explica que bronzeamento artificial é proibido no Brasil.

Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=frWJnmOFn38">https://www.youtube.com/watch?v=frWJnmOFn38</a> Acesso em: 11 set. 2018.

Realize a leitura desse artigo científico intitulado: Bronzeamento e risco de melanoma cutâneo: revisão da literatura

Disponível em: <a href="https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S0034-89102004000400018&script=sci\_arttext&tlng=e">https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S0034-89102004000400018&script=sci\_arttext&tlng=e</a> Acesso em: 11 set. 2018.

Realize a leitura desse artigo científico intitulado: Efeitos cardiovasculares da vitamina D: perspectivas atuais

Disponível em: <a href="http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id\_materia=4800&fase=imprime">http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id\_materia=4800&fase=imprime</a> Acesso em: 11 set. 2018.

# Pratica de preparo da pele com esfoliação e banho de lua pré-bronzeamento

Antes de se expor ao sol, é importante tomar alguns cuidados com a pele como a esfoliação e o banho de lua que deverão ser realizados antes do bronzeamento.

#### Esfoliação

A realização dessa técnica antes do bronzeamento reduzirá as chances de ter manchas na pele, pois esse processo remove as células mortas, permitindo que uma pele nova seja bronzeada.

Nesse tipo de tratamento, é usado creme e grânulos e por meio de uma massagem facial e/ou corporal, limpa e hidrata a pele de maneira profunda garantindo a retirada de células mortas, estimulando a circulação o qual contribui para a melhora da tonalidade e uniformidade da pele.

A esfoliação abre os poros permitindo que o tratamento penetre de uma forma mais profunda. O ideal que se realize a esfoliação de 15 em 15 dias, na sessão de bronzeamento é realizada antes e depois, o que proporciona um resultado uniforme.

#### Protocolo da Esfoliação:

- Hidratação: higienizar a pele com sabonete líquido e com uma toalha umedecida.
- Esfoliação: aplicar o esfoliante sobre a pele realizando movimentos circulares deixar agir por 5 min. e retirar o produto com uma toalha umedecida em água morna.
- Hidratação: aplicar um creme hidratante sobre a pele, massageando e finalizando o procedimento.

#### Banho de lua

Procedimento estético tem como objetivo limpar a pele, eliminar as células mortas, proporcionando maciez, suavidade, relaxamento, além do clareamento dos pelos. Antes de iniciar o processo de descoloração, certifique-se de testar na pele para garantir que não tenha nenhuma reação ao produto.

O teste dos produtos deve ser realizado aplicando uma pequena quantidade de produto na região do pulso ou atrás da orelha, aguarde o tempo de ação do produto e faça a retirada. Após a retida observar se há algum sinal irregular, como: hiperemia, eritema ou prurido.

O banho de lua é realizado em quatro etapas a descoloração dos pelos, esfoliação, nutrição e hidratação. O tempo de duração da aplicação é de uma hora e meia e seu efeito dura cerca de um mês, é aplicado nas regiões dos braços, pernas, glúteos, costa e barriga.

É contraindicado em gestantes, lesões profundas na pele, em pessoas com hipersensibilidade.

Os produtos utilizados para a realização do banho de lua: creme de parafina, água oxigenada cremosa volume 30, pó descolorante, sabonete líquido, creme esfoliante, máscara nutritiva e creme hidratante.

#### Protocolo do banho de lua

 Creme de parafina: aplique sobre a pele massagendo suavemente. Deixar para proteger da ação de clareamento dos pelos.

- Descoloração: mistura em uma cubeta o pó descolorante e a água oxigenada até ficar homogênea, aplicar sobre as regiões a serem clareadas, deixando agir de 15 a 20 minutos.
- Higienização: passado o tempo com uma toalha umedecida com água morna retirar o excesso, passar o sabonete líquido e retirar novamente com a toalha umedecida.
- Esfoliante: umedecer a pele com um borrifador, aplicar o esfoliante com massagens circulares deixando agir por 5 minutos. Retirar com uma toalha umedecida com água morna e secar.
- Nutrir: com um pincel aplicar a máscara nutritiva em todo o corpo e deixar por 15 minutos. Fazendo a retirada com uma toalha umedecida e secar bem.
- Hidratação: aplicar o creme hidratante massageando suavemente, finalizando o procedimento.

#### Sem medo de errar

Lembra-se da nossa situação-problema? Ana Clara, rainha da escola de Samba Vai-vai, não tomou os devidos cuidados com sua saúde, fazendo bronzeamento artificial, prática proibida pela ANVISA, sem saber dos problemas que essa prática poderia acarretar. Após uma sessão, na qual havia sentido certa ardência na pele, notou manchas escuras em seu corpo, o que a enquadrou como paciente de câncer de pele.

Assim, nos perguntamos: Quais seriam os procedimentos de bronzeamento natural, os produtos home-care recomendados para manutenção e o preparo da pele com esfoliação e banho de lua prébronzeamento pertinentes ao profissional da estética e cosmética?

Ana Clara pode fazer uso do método de bronzeamento artificial, forma rápida e fácil de adquirir uma cor bronzeada, por meio da aplicação de produtos químicos na pele para produzir um efeito similar em aparência ao bronzeamento solar. Alguns desses métodos de bronzeamento artificial são: autobronzeadores, bronzeamento a jato, pílulas de bronzeamento, bronzeamento de parafina e cremes pós-sol.

Antes de expor ao sol, é importante que Ana Clara tome alguns cuidados com a pele como a esfoliação e o banho de lua que deverão ser realizados antes do bronzeamento.

A esfoliação é utilizada na preparação da pele, essa técnica vem antes do bronzeamento e reduzirá as chances de ter manchas na pele, pois esse processo remove as células mortas, permitindo que uma pele nova seja bronzeada.

O banho de lua é realizado em quatro etapas a descoloração dos pelos, esfoliação, nutrição e hidratação. O tempo de duração da aplicação é de uma hora e meia e seu efeito dura cerca de um mês, é aplicado nas regiões dos braços, pernas, glúteos, costa e barriga.

Todos esses procedimentos podem ser realizados pelo profissional da estética e cosmética e indicados com segurança para suas clientes. Mas, claro, lembrando-se sempre que cada indivíduo reage diferente as técnicas e produtos e, por isso, sempre deve ser realizado o teste antes do início do procedimento, evitando assim ocorrências futuras.

#### Avançando na prática

# Uso de produtos para bronzeamento artificial e o risco de exposição solar

#### Descrição da situação-problema

Cristiane trabalha muito como secretária executiva em uma grande empresa, por não dispor de muito tempo, ela recorre a procedimentos estéticos para ter as famosas "marquinhas de sol" no corpo.

Lendo em um determinado dia uma reportagem de revista, ela descobre uma nova técnica de bronzeamento caseiro, no qual se aplica sal e água à pele. Chegando a sua residência, ela faz uso da técnica vista na revista, no dia seguinte a aplicação, ela observa que sua pele está muito ressecando, sem brilho e com manchas.

#### Resolução da situação-problema

O uso de água com sal só desidrata a pele, o que pode dar a impressão de que a pele está mais brilhosa, mas na verdade é apenas ressecamento. Vale ressaltar que a água salgada ajuda a bronzear, pois quando se entra na água do mar, os cristais de sal fazem com que a radiação UV venha de todas as direções intensificando o processo de bronzeamento.

# Faça valer a pena

**1.** Na carcinogênese por radiação a energia de radiação quer seja na forma de raios UV da luz solar ou sob a forma de ionização eletromagnética e radiação particulada, é um carcinógeno bem estabelecido. A luz UV está claramente envolvida na etiologia dos cânceres de pele, e a exposição à radiação ionizante devido à exposição medica ou ocupacional, acidentes de usinas nucleares e detonações de bombas atômicas produziu uma diversidade de cânceres

De acordo com as informações apresentadas na tabela a seguir, faça à associação dos comprimentos de ondas contidos na coluna A com suas respectivas radiações na coluna B.

Coluna A	Coluna B
I - 280-320 nm	1 – UVA
II - 320-400 nm	2 – UVC
III - 200 a 280 nm	3 – UVB

Assinale a alternativa que apresenta a associação CORRETA.

- a) I 1; II 3; III 2.
- b) I 2; II 1; III 3.
- c) I 3; II 1; III 2.
- d) I 3; II 2; III 1.
- e) I 1; II 2; III 3.
- **2.** O sol é extremamente importante para a nossa saúde, entretanto, o excesso da radiação solar tem efeitos contrários e graves para a saúde. Devido à diminuição da camada de ozônio cerca de 50% de energia que atinge a terra é transportada sob a forma de radiação infravermelha, 30% sob a forma de luz visível, 5% pertence ao aspecto ultravioleta, subdividindo em três categorias.

Considerando o contexto, avalie as afirmativas a seguir:

 UVA: atravessam a epiderme até as células pigmentarias, de ação longa e retardada

- UVB: retidos principalmente pela camada de ozônio nas camadas altas da atmosfera.
- III. UVC: provocadores de queimaduras (eritema).

Agora, assinale a alternativa que apresenta à correta:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Apenas as afirmativas II e III estão corretas.
- c) Apenas as afirmativas I e III estão corretas.
- d) Apenas as afirmativas I e II estão corretas.
- e) As afirmativas I, II e III estão corretas
- **3.** O bronzeamento é um mecanismo de defesa do nosso corpo. Quando a pele é agredida pela radiação solar, desencadeia uma reação do organismo a produção de melanina que se oxida ao entrar em contato prolongado com a radiação solar. A pele, quando não consegue produzir melanina o suficiente, sofrerá danos, como envelhecimento, manchas, pintas e podendo resultar no câncer de pele. Existem dois tipos de bronzeamentos: o natural e o artificial.

Considerando o contexto, avalie as afirmativas a seguir:

- I. Bronzeamento natural é feito pela exposição direta ao sol, com auxílio de produtos aceleradores de bronzeamento a base de parafina que deve estar presente em óleo ou creme de bronzeamento e o uso de biquíni de fita plástica e esparadrapo.
- II. Bronzeamento artificial é a forma rápida e fácil de adquirir uma cor bronzeada, através da aplicação de produtos químicos na pele para produzir um efeito similar em aparência ao bronzeamento solar.
- III. Bronzeamento natural é essencial o uso de protetor solar nas mãos e no rosto e essa exposição tem duração média de 1 hora e 20 minutos. Ingerir alimentos que possuem betacaroteno, essa dieta é a base de cenoura, mamão, abóbora, beterrabas e couve, auxiliam na formação da melanina.

Agora, assinale a alternativa que apresenta à correta:

- a) Somente a afirmativa I está correta.
- b) Somente a afirmativa II está correta.
- c) Somente a afirmativa III está correta.
- d) Apenas as afirmativas II e III estão corretas
- e) As afirmativas I, II e III estão corretas

# Seção 4.2

# O estudo da pele e as técnicas de epilação e depilação

## Diálogo aberto

Vera tem 55 anos e já apresenta sintomas da menopausa, para confirmar sua suspeita ela se dirige a um médico especialista. Depois de alguns exames o médico confirma sua suspeita e lhe explica que deve fazer reposição hormonal de testosterona. Passados alguns meses, Vera nota o constante crescimento de seus pelos corporais, e observa que fazer a depilação com lâmina já não surte mais o resultado de antes, o que a deixa muito incomodada. Buscando novas técnicas, foi lhe aconselhado o uso do laser para epilação. Após realizar essa técnica mensalmente, ela notou que sua pele está apresentando pequenas queimaduras da ponteira do laser. Indagando o profissional que executa a técnica, Vera questiona se não existiria algo que não provocasse queimaduras ou manchas em sua pele, o médico a aconselha a começar a realizar a técnica de epilação com cera, visto que a técnica teria um menor custo e apresentaria menos complicações. Quais os ativos utilizados para remoção dos pelos? Quais seriam as técnicas de depilação e epilação pertinentes ao profissional da estética e cosmética? E quais indicações e complicações elas poderiam acarretar?

## Não pode faltar

Quando pensamos nas técnicas de depilação voltamos no tempo e nos deparamos com a rainha Cleópatra referência de vaidade e sedução que naquela época fazia uso de da argila, sândalo e cera de abelha.

Relatos históricos apontam que as mulheres no Egito Antigo já se depilavam e utilizam a cera. Assim, os egípcios foram os primeiros povos a realizarem uma mistura de argila e mel de abelha para a formação do produto.

O primeiro recurso usado com fins de depilação é originário da Grécia Antiga e recebeu o nome de estrigil e consistia em uma varinha que media em média 15 cm de comprimento com a ponta em formato de curva sendo utilizado para fins depilatórios e retirada da sujidade da pele.

Relatos históricos apontam que, para suportar a dor referente a depilação, as mulheres da idade média ingeriam um líquido entorpecente para aliviar a dor da depilação.

Já no Brasil, os relatos sobre a depilação são diferentes. Os indígenas, da tribo Xavantes, não faziam uso da cera para retirada dos pelos, mas sim dos próprios dedos para arrancá-los em pequenas áreas como as sobrancelhas.

A técnica da depilação é considerada além de fins estéticos, possui uma importância cultural, social ou mesmo religiosa e é tratada de maneira singular por cada cultura. A técnica deixou de ser considerada uma vaidade e passou a ser tratada como uma forma de higiene pessoal, principalmente em países com altas temperaturas, como o Brasil, onde há maior exposição do corpo em diversos períodos do ano.

Nos dias atuais a área que incialmente era de predominância no mercado feminino, atende também ao público masculino, visto que a população, de forma geral, busca cada vez mais atender aos padrões estéticos impostos pela sociedade.

#### Anatomia do pelo

A pele constitui um manto que envolve o organismo como um todo e que é considerado o maior órgão do corpo humano, possui em média de 1,5 a 2,0 m² representando cerca de 15% do peso corporal no adulto.

Esse complexo órgão desempenha funções importantes e fundamentais, entre elas, a barreira defensiva e reguladora exercendo a função de proteção mecânica e barreira hídrica, auxilia na excreção de metabólitos e na termorregulação, faz a função sensorial além de participar da síntese de vitamina D.

É constituída por três camadas que estão interligadas: a epiderme camada mais superficial, a derme na qual encontramos componentes importantes como as fibras elásticas e fibras colágenas e o tecido subcutâneo também conhecido por hipoderme.

A epiderme é a camada mais externa, avascular e que sofre processo constante de renovação celular. A principal função é a produção de queratina que é a proteína responsável pela impermeabilidade cutânea, produzida por células que recebem o nome de queratinócitos. Nela, encontra-se o folículo piloso que origina os pelos que revestem o corpo.

O folículo piloso é a cavidade por meio da qual o pelo nasce. Ele se forma em razão de um crescimento de células da epiderme em direção à derme. Na parte inferior do folículo, ficam vasos sanguíneos, responsáveis pela nutrição do pelo que se formará no interior da cavidade. Logo acima dos vasos sanguíneos ocorre a formação do bulbo piloso, ou seja, da raiz do pelo. Já na inserção dermoepidérmica se localiza o músculo que causa as sensações de "arrepio", chamado de músculo eretor do pelo.

O crescimento do pelo se dá em razão de um processo de mitose do folículo. Através do bulbo, a parte viva do pelo, o fio se forma pela queratinização de células da matriz germinativa que morrem e crescem até a parte exterior da pele.

O crescimento do pelo varia de 0,21 mm por dia na região de coxas em mulheres, a 0,50 mm por dia sobre o couro cabeludo.

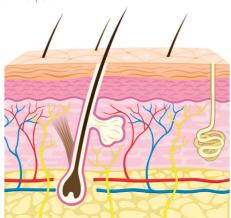


Figura 4.6 | Estrutura do pelo

Fonte: iStock.

Os pelos desempenham uma função importante que é a proteção térmica, contra o frio e o calor, porém o pelo possui outras funções. Dentre elas podemos citar a dos pelos nas regiões das narinas, olhos e ouvidos que realizam a proteção contra agentes externos, bem como a proteção contra a radiação solar e propiciam o aumento da sensibilidade.

Da mesma forma que as unhas e as glândulas sebáceas, o pelo é uma estrutura anexa da pele sendo formado por três camadas o córtex, a medula e a cutícula

A medula consiste na parte central do pelo sendo constituída por camadas de células sem núcleo e constitui um amontoado de células mortas, sendo responsável pela espessura dos fios.

A parte mais volumosa da haste do pelo é o córtex, camada intermediária que ocupa a maior parte do pelo tendo como constituição células queratinizadas, onde encontramos os grânulos de pigmento (melanina) que são responsáveis pela cor do pelo.

A superfície externa e protetora é a cutícula formada por escamas que não possuem pigmentos e que têm a função de proteção, visto que cria uma barreira contra os fatores externos, inclusive produtos químicos, na intenção de proteger o córtex do pelo.

A raiz e o bulbo piloso estão localizados na base do folículo e a raiz no interior do folículo piloso. A parte visível é chamada de haste e a estrutura responsável pelo crescimento do pelo é chamada de matriz germinativa que recobre uma região formada por tecido conjuntivo, onde estão vários vasos sanguíneos e as terminações nervosas, formando assim a papila dérmica.

#### Ciclo de Crescimento do Pelo

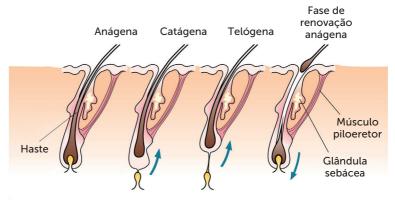
O pelo passa pelas fases de crescimento, repouso e queda, sendo representado pelas fases anágena, catágena e telógena ou seja, estes não crescem continuamente apresentando alternância entre as fases de crescimento e de repouso.

A fase anágena é caracterizada por intensa atividade mitótica com produção constante, ou seja, o pelo está em crescimento e esta fase dura em média de dois a seis anos após esse tempo (máximo de crescimento) a matriz para de proliferar, desprende-se da papila dérmica e se desloca para a superfície da pele.

A fase catágena é caracterizada pela pausa na multiplicação das células e na produção do pigmento melanina pelos melanócitos, razão pela qual é também conhecida como fase estacionária. Nesse período, o bulbo morre e se desprende da papila dérmica. A duração desse período é em torno de três semanas. Esta é a fase em que o pelo para de crescer sendo ideal para a depilação.

Na fase telógena, um novo pelo nasce, porém o mesmo ainda é fino e claro por possuir pouca pigmentação. Ao final desta fase, o pelo cai, dá lugar a um novo e o ciclo de crescimento do pelo volta para a fase anágena. Essa fase dura em média seis semanas e cerca de 10 a 13% dos pelos do corpo estão nessa fase. Nesta fase, o pelo enfraquece e cai.

Figura 4.7 | Fases de Crescimento do Pelo



Fonte: iStock.

É importante ressaltar que existe outros fatores que influenciam no crescimento dos pelos como a idade, o sexo, metabolismo, alterações hormonais e uso de medicamentos. Porém, ainda que o ciclo seja em momento diferenciado, ele passará sempre pelas três fases.

# Técnicas de epilação e depilação

A epilação é o processo de retirada completa do pelo do folículo piloso, fazendo com que a durabilidade do procedimento seja maior que a da depilação que só realiza o corte da haste, a parte visível, do pelo.

Atualmente as técnicas disponíveis no mercado para epilação são ceras, fotodepilação, lasers, eletrólise, linha e pinça. Esses procedimentos, por serem mais profundos, podem ser doloridos e causar alguns efeitos colaterais, como irritação no local, infecção ou uma tendência maior a encravar os pelos.

#### Epilação com cera

Procedimento bastante utilizado podendo ser realizado com cera quente ou fria. A cera fria é mais utilizada em regiões mais sensíveis do corpo, como a face, para evitar queimaduras na pele, no entanto, tende a ser mais doloroso uma vez que não dilata o folículo piloso. A cera fria tem a vantagem de ser vendida pronta para o uso.

Ela, geralmente, vem colada em duas folhas de papel especial para depilação, já a cera quente é utilizada em regiões menos sensíveis, sendo a retirada facilitada com esse tipo de cera, visto que o calor faz com que ocorra uma ligeira dilatação do folículo piloso.

A epilação com cera deve ser sempre realizada por um profissional qualificado, visto que alguns cuidados precisam ser adotados. Ao utilizar cera quente, deve-se aquecê-la em uma temperatura que se torne maleável, com cuidado para não queimar o cliente. É importante salientar que, em ambos os tipos de epilação, o produto deve ser descartado depois de utilizado, pois a reutilização poderia gerar contaminação por bactérias.

A cera quente em geral é feita à base de mel e é vendida em pedaços, que precisam ser aquecidos antes do uso e derretidos uniformemente. A cera deverá ser espalhada no local e com o auxílio de uma espátula e de uma folha de papel para a epilação e no sentido contrário do crescimento dos pelos.





Fonte: iStock.

#### Epilação com laser

É realizada através da fototermólise, provoca-se uma lesão térmica no local da aplicação. No procedimento à laser, algumas partes do pelo captam mais a energia e o calor produzido. Assim, tendo em vista que a melanina é uma substância escura, pois dá cor ao pelo, ela capta mais luz que outras partes. Como a melanina é encontrada no bulbo do pelo, o feixe de luz acaba por atingir essa região, produzindo uma temperatura média de 60º para causar a eliminação do pelo. Após o procedimento é preciso resfriar o local.

A técnica é indicada para pessoas com pelos escuros e pele clara, para evitar que o laser atinja a melanina da pele.

## Epilação com luz pulsada

A técnica da fotodepilação ou luz pulsada é similar ao laser, porém se dá através de flashes ou luz pulsada que também promovem o aquecimento da raiz do pelo e gera uma atrofia no local. Após o procedimento, o resfriamento do local também deve ser realizado. A técnica é indicada para pessoas com muita sensibilidade.

Figura 4.9 | Epilação com luz pulsada



Fonte: iStock.

#### Epilação por eletrólise

Técnica dolorosa e de difícil realização na qual o profissional utiliza um aparelho que insere uma agulha fina no folículo piloso para então emitir uma corrente elétrica no local que acarreta a destruição da papila dérmica. Trata-se de procedimento pouco utilizado nos dias atuais, uma vez que é uma técnica muito dolorosa sendo que as atuais são mais eficazes com resultados mais satisfatórios.

#### Epilação com pinça

A epilação com pinça é muito comum e utilizada para retirar pelos de pequenas regiões, como a face e também para dar acabamento a grandes regiões onde o pelo não foi devidamente retirado.

Uma boa pinça facilitará no trabalho do profissional e, por isso, opte por aquela em que as pontas se encontram e fecham por completo com uma leve pressão.

#### Epilação com linha

Técnica também conhecida como epilação egípcia, consiste na retirada do pelo através de uma linha de poliéster trançada no dedo do aplicador. Quando a linha é passada sobre a pele do cliente, os pelos se enroscam nela e são removidos com a raiz. O inconveniente da técnica a dor.

Figura 4.10 | Epilação com linha



Fonte: iStock.



#### Depilação

A depilação era um habito muito comum nos primeiros anos do século XX. A técnica era utilizada por homens para aparar a região da barba e foi a partir dessa época que as mulheres passaram a demonstrar

interesse pela técnica, porém, devido a questões conservadoras, elas depilavam apenas as sobrancelhas, visto que a região axilar e da virilha não eram depiladas.

Na época, um revolucionário chamado King Camp Gilette causou um grande impacto no mercado ao criar aparelhos de barbear e lâminas descartáveis. Seus produtos e sua marca são conhecidos e utilizados até os dias de hoje. O público masculino é grande consumidor do produto, visto que as lâminas proporcionam o corte do pelo rente a pele.

Com o surgimento das lâminas, as mulheres passaram a utilizá-las e a se depilarem por questões estéticas e de manutenção da higiene.

A depilação é a técnica que realiza o corte da haste do pelo e entre os procedimentos mais comuns estão o uso de lâminas e cremes depilatórios.

Consiste em um procedimento simples realizado em home-care no qual os pelos são cortados e não retirados com a raiz, o que leva a um crescimento mais rápido. O inconveniente dessa técnica é a frequência em que a técnica deve ser realizada em curto espaço de tempo.

Depilação física: refere-se ao corte do pelo por meio do uso da lâmina, o que não provoca alteração na estrutura química ou nenhuma alteração.

- Depilação mecânica: realizada através de produtos cosméticos depilatórios que possuem componentes que vão destruir a estrutura do pelo para que este sofra a queda e seja eliminado.

#### Depilação com lâmina

A depilação com lâmina é utilizada a domicílio, visto que não exige uma capacitação de um profissional, já que é um meio prático e de baixo custo.

O uso das lâminas exige aplicação de algum produto deslizante, como sabonete, para que a lâmina deslize sobre a pele. A técnica deve ser realizada com suavidade e lentidão e a lâmina deve ser descartada após a utilização.

Figura 4.11 | Depilação com lâmina



Fonte: iStock.

#### Cremes depilatórios

A depilação com a utilização de cremes, como já vista anteriormente, é chamada de depilação mecânica, pois o princípio ativo dos cremes depilatórios altera a composição química do pelo e provoca a queda deste.

O produto também é muito utilizado nas residências, pois, para realizar a depilação, é necessário apenas aplicar o produto e lavar a pele com água, alguns minutos depois, para a retirada total do creme. É um método rápido e indolor, no entanto, as peles sensíveis podem ser mais reativas.

Assim como a lâmina, a durabilidade é pequena, pois os pelos são cortados apenas rente a pele e voltam a crescer em alguns dias.

Figura 4.12 | Depilação com cremes depilatórios



Fonte: iStock.



Você conhece as complicações de algumas técnicas de epilação?

Sabe quais são as técnicas que acarretam alterações cutâneas?

#### **Foliculite**

Trata-se de uma inflamação do folículo piloso pela presença de bactérias da própria pele. Nossa pele possui diversas bactérias, podendo ser residentes, como as que sempre estão na pele, ou bactérias transitórias, que se colonizam devido a algum fator externo, como imunidade de cada pessoa, umidade cutânea, pH cutâneo, entre outros. Os sintomas são idênticos ao de uma inflamação, na qual se pode notar calor, vermelhidão, dor, eritema e edema. A presença de foliculite é muito comum após procedimentos de epilação.

#### Encravamento dos pelos:

Pode ocorrer após as técnicas epilatórias e depilatórias. Tal ocorrência se dá, pois, após a depilação, o pelo volta a crescer e ele pode se curvar na pele, o que dificulta sua saída e provoca um processo inflamatório no local. Outra causa possível para o encravamento é quando ocorre um excesso de células queratinizadas na pele.

#### Hiperpigmentação pós-inflamatória:

Como o próprio nome sugere, a hiperpigmentação é o escurecimento da pele em decorrência de uma inflamação no local. Isso ocorre, pois, em processos inflamatórios, há um desequilíbrio no mecanismo enzimático que controla o processo de pigmentação cutânea. Com o procedimento de depilação ou epilação pode haver o escurecimento da região em qualquer fototipo, devido à agressão provocada na pele. Entre os locais mais comuns e propensos ao escurecimento estão a região axilar e inguinal. Para solucionar o problema, é necessário o uso de despigmentantes que controlarão o problema através da descamação ou pelo controle dos processos de pigmentação cutânea.



#### Exemplificando

A tecnologia que envolve a área da estética e cosmética é muito vasta e a cada dia conta que novos produtos como os produtos que auxiliam no crescimento de cílios e das sobrancelhas

Os fatores de crescimento são grupos, em sua maioria, formado por proteínas que estimulam o crescimento específico de tecidos, desempenhando um papel importante na produção da diferenciação celular e da divisão celular. A utilização de fatores de crescimento é um sucesso no tratamento de ferimentos, queda de cabelos e prevenção do envelhecimento cutâneo. Diante de inúmeras possibilidades de utilização, a que mais está sendo utilizada é para o crescimento de pelo na região dos cílios e sobrancelhas. Em condições normais, dificilmente nossos cílios atingem seus níveis máximos: eles caem ou por serem frágeis e quebram por causa da poluição e devido ao uso de maquiagem. A vantagem é que existem fluidos com fatores de crescimento que são de fácil aplicação e foram desenvolvidos especialmente para quem deseja ter cílios mais longos, espessos e que caiam menos.

#### O VEGE:

Fator de crescimento endotelial vascular: age promovendo a angiogênese (formação de novos vasos sanguíneos), vasodilatação, atuando na melhora da nutrição do folículo capilar e estimulando o crescimento dos cabelos. Proporciona o aumento no tamanho do bulbo piloso e a fixação do pelo.

Os produtos ortomoleculares também estão sendo utilizados com o objetivo de promover crescimentos e fortalecimento dos pelos.

DNA *Care for Eyes* promove ação na estimulação do crescimento dos pelos a age na redução e queda dos pelos e contém como substâncias como D-panenol, niacinina, Kopexil e IG- fator de crescimento insulínico.

#### Minoxidol

O produto foi descoberto acidentalmente, ao ser indicado para o tratamento de pacientes hipertensos, os cientistas descobriram que um de seus efeitos colaterais era o crescimento de pelos no corpo. Ele também possibilita o engrossamento dos fios.

#### Latisse

Considerado um medicamento, surgiu como um produto para tratar glaucoma e causou o aparecimento dos pelos. Pode ser usado tanto nos cílios como nas sobrancelhas. Essa substância pode pigmentar a área tratada, ou seja, torná-la um pouco mais escura. O remédio deve

ser suspenso se isso acontecer. Além do que deve ser usado apenas com orientação médica.

#### Alongador Eyebrow Lipocils Talika

É um gel feito à base de plantas que proporciona mais volume nos fios em cerca de 28 dias. O pincel é uma mistura de escova para máscara de cílios e aplicador de gloss, o que permite uma aplicação mais **minuciosa do produto.** 

#### Gel para Sobrancelhas by Marina Smith

Criado pela blogueira Marina Smith, o gel para sobrancelhas tem uma proposta diferente. O objetivo do cosmético é estimular o crescimento dos pelos ralos e fortalecê-los. Contém na sua composição queratina, pantenol e extrato de Aloe Vera.

# Pesquise mais

Assista a um vídeo que fala sobre como combater a queda das sobrancelhas.

Disponívelem:<a href="https://www.youtube.com/watch?v=hHCGwUvYMi8">hHCGwUvYMi8</a>. Acesso em: 2 jul. 2018.

Assista a um vídeo que fala sobre ciclo de crescimento dos pelos e cabelos. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LYRuT1yDbd8">https://www.youtube.com/watch?v=LYRuT1yDbd8</a>>. Acesso em: 2 jul. 2018

Para saber mais sobre as técnicas de epilação por luz pulsada e laser assista ao vídeo no link que segue: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=viHy42NOMAY">https://www.youtube.com/watch?v=viHy42NOMAY</a>>. Acesso em: 2 jul. 2018.

Assista ao vídeo sobre a técnica de epilação com linha. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-Qr5uITDC7A">https://www.youtube.com/watch?v=-Qr5uITDC7A</a>. Acesso em: 4 jul. 2018.

#### Sem medo de errar

Inicialmente, vamos relembrar a situação-problema? Vera tem 55 anos e já apresenta sintomas da menopausa, para confirmar sua suspeita ela se dirige a um médico especialista. Depois de alguns

exames, o médico confirma sua suspeita e lhe explica que a mesma deve fazer reposição hormonal de testosterona. Passados alguns meses. Vera nota o constante crescimento de seus pelos corporais e observa que fazer a depilação com lâmina já não surte mais o resultado de antes, o que a deixa muito incomodada. Buscando novas técnicas, foi lhe aconselhado o uso do laser para epilação. Após realizar essa técnica mensalmente, ela notou que sua pele está apresentando pequenas queimaduras da ponteira do laser. Indagando o profissional que executa a técnica, Vera questiona se não existiria algo que não provocasse queimaduras ou manchas em sua pele, o mesmo a aconselha a comecar a realizar a técnica de epilação com cera, visto que a técnica teria um menor custo e apresentaria menos complicações. Quais os ativos utilizados para remoção dos pelos? Quais seriam as técnicas de depilação e epilação pertinentes ao profissional da estética e cosmética? E quais indicações e complicações elas poderiam acarretar?

Para auxiliar no processo de remoção dos pelos, o profissional da estética e cosmética pode utilizar ou indicar para seus clientes os cremes depilatórios, pois o princípio ativo dos cremes depilatórios altera a composição química do pelo e provoca a queda deste.

Dentre as técnicas de epilação e depilação pertinentes ao profissional da estética e cosmética, temos a epilação com cera, epilação com laser, epilação com luz pulsada, epilação por eletrólise, epilação com pinça, epilação com linha, além da depilação com lâmina.

Algumas intercorrências podem surgir com os procedimentos de epilação e depilação, como a foliculite, o encravamento dos pelos e a hiperpigmentação pós-inflamatória. Cabe ao profissional saber fazer o procedimento de maneira correta e encaminhar o cliente até um médico especialista caso observe alguma dessas patologias.

# Avançando na prática

Alterações inflamatórias decorrente da falta de higiene e de cuidados no centro de estética

#### Descrição da situação-problema

Ana Lúcia é uma manequim que tem uma carga horária de trabalho bastante intensa, trabalhando praticamente todos os dias da semana.

Por falta de tempo, acabou realizando depilação em uma clínica que não contava com as normas de biossegurança e reutilizava a cera em diferentes clientes o que levou além de pelos encravados um processo inflamatório bastante complicado.

#### Resolução da situação-problema

Tomar cuidado com as normas de higiene e de biossegurança são fatores fundamentais para que as técnicas empregadas na estética sejam seguras para as clientes.

Com relação às normas de biossegurança em centros de beleza estão: o uso de lixeiras com pedal com sacos de lixo próprios para descarte de materiais contaminados, pia com sabonete líquido e papel toalha, as paredes e os pisos devem ser impermeáveis para que não ocorra o acúmulo de microorganismos.

As macas devem possuir uma superfície lavável e deve ser desinfetada com álcool 70 a cada cliente atendido além de ser forrada com lençol de TNT sendo este descartado após o uso.

As mesas de apoio também conhecidas como os carrinhos auxiliares devem ser de superfície lavável e deve ser forrada com papel toalha, ou papel filme e cada procedimento realizado.

Toucas, luvas, máscaras, espátulas devem ser descartáveis e o profissional deverá estar paramentado com os equipamentos de proteção individual (jaleco, touca, máscara, luvas).

As mãos devem ser higienizadas corretamente antes do atendimento ao cliente.

As toalhas também são muito utilizadas na área da estética, dessa forma, deverá ser lavada com água e sabão, deixando de molho em água sanitária. Devem ser embaladas em sacos plásticos individualmente e guardadas em local seco e arejado.

A cera deve ser descartada após o uso para que não ocorra o risco de contaminação e assim o desenvolvimento de processo infeccioso ou inflamatório, caso ocorra algumas destas complicações orientar o cliente para que procure um médico dermatologista.

# Faça valer a pena

- **1.** Profissionais da estética devem estar atentos às diversas mudanças e opções de técnicas que surgem no mercado. Sabemos que a fase do crescimento do pelo é muito importante para alguns procedimentos de epilação. Assim, relacione as colunas a seguir e indique o nome correto da fase e suas características.
- (1) Fase Anágena
- (2) Fase Catágena
- (3) Fase Telógena
- ( ) Nessa fase, ocorre o nascimento de um novo pelo, porém o mesmo é fino e com pouca pigmentação. Ao final desse processo, o pelo cai e dá lugar a um novo ciclo. A duração dessa fase é de cerca de seis semanas.
- ( ) Chamada de fase ativa de crescimento do pelo é a que possui maior durabilidade, podendo perdurar por anos. É nesse período que ocorrerá o crescimento do pelo.
- ( ) Além de seu nome, pode ser chamada de fase estacionária, pois é nesse período que as células param de se multiplicar, bem como se interrompe a produção do pigmento melanina, razão pela qual o bulbo morre e se desprende da papila dérmica.

A ordem que apresenta o nome e as características das fases corretamente é:

- a) 1. 2. 3.
- b) 3, 2, 1.
- c) 3, 1, 2.
- d) 2. 1. 3.
- e) 2, 3, 1.
- **2.** Dentre as técnicas para remoção de pelo estão os procedimentos de epilação e de depilação.

Assinale a alternativa que NÃO é considerada uma técnica de epilação.

- a) Remoção dos pelos através da eletrólise.
- b) Procedimento de luz pulsada.
- c) Uso de cremes depilatórios.

- d) Aplicação de cera para remoção dos pelos.
- e) Uso de linha ou pinça.
- **3.** O folículo piloso é uma estrutura que se encontra na pele, cuja principal função é a proteção, e que passa por diferentes fases de crescimento.

Assinale a alternativa incorreta acerca da estrutura do pelo:

- a) O pelo é uma estrutura anexa da pele e é constituído por medula, córtex e cutícula.
- b) O córtex do pelo é caracterizado por um aspecto de fibra e é onde se localiza a melanina.
- c) O pelo possui uma parte visível e outra não visível. A parte visível é chamada de bulbo e a não visível é chamada de haste.
- d) A medula do pelo é constituída por células mortas empilhadas.
- e) As células que formam a cutícula não possuem pigmento.

# Seção 4.3

# Recursos que colaboram para a construção da imagem pessoal em pessoas acometidas por câncer

### Diálogo aberto

Lucia foi diagnosticada com câncer de mama aos 30 anos, na plenitude de sua carreira profissional e noiva de um dos homens mais ricos do país. Como sempre se preocupou com a imagem pessoal, ela recorre ao uso de perucas para esconder a perda dos cabelos e realiza a técnica de henna nas sobrancelhas para esconder a perda dos pelos devido às quimioterapias. Após meses de tratamento exaustivo ela descobre que terá de fazer a retirada total de sua mama (mastectomia total), nesse árduo processo seu noivo a deixa e ela acaba entrando em uma profunda depressão. Alguns meses depois, ela descobre, por meio de um médico, a técnica de reparação de mamas após mastectomia total, ela então se submete ao procedimento cirúrgico, e depois de alguns meses de cirurgia ela se dirige até um profissional que é habilitado e liberado pela Vigilância Sanitária para realização de micropigmentação de aréola e sobrancelha. Quais seriam os procedimentos pertinentes ao profissional da estética e cosmética para auxílio da reconstrução da imagem pessoal de pessoas que foram acometidas por câncer?

## Não pode faltar

O câncer de mama é a neoplasia maligna mais comum entre as mulheres e vem crescendo de maneira significativa nos últimos anos acometendo inclusive público mais jovem. É uma doença que causa grandes transtornos que vai desde dor, medo de morte precoce às consequências do tratamento.

Nesse sentido, o profissional da Estética poderá contribuir de maneira significativa através dos recursos estéticos como as maquiagens corretivas, a micropigmentação contribuindo para a autoestima das mulheres.

Dentro desse contexto, surge o mercado da maquiagem que vem em constante evolução tanto em relação aos produtos quanto

às técnicas utilizadas e uma delas é maquiagem definitiva que é conhecida também como micropigmentação e dermopigmentação.

Essa técnica é baseada na correção das imperfeições por meio de um pigmento de diferentes tonalidades e que assimilam com a cor da região trabalhada.

Para a realização da micropigmentação é utilizado um equipamento chamado dermógrafo, ligado a uma agulha extremamente fina que ocasiona uma suave perfuração na pele e que deposita o pigmento da pele.

É muito importante para a realização dessa técnica que o profissional seja capacitado e tenha passado por cursos com bastante prática, uma vez que qualquer erro pode afetar o desenho das sobrancelhas e não trazer a harmonia esperada.

A técnica é aliada dos procedimentos que visam a reparação e a camuflagem das cicatrizes.

Pode ser usada na correção e no preenchimento das sobrancelhas, no contorno e delineamento dos olhos, na coloração dos lábios, na reconstrução da aréola mamária e no disfarce de cicatrizes e estrias.

A permanência do pigmento na pele dura em média de 5 a 15 anos e depende da técnica empregada, o tipo de agulhas utilizadas e a saturação dos pigmentos.

Por se tratar de uma técnica invasiva, a higiene e normas de biossegurança no ambiente de trabalho é fundamental, assim como o uso de luvas e de materiais descartáveis e esterilizados.

#### Micropigmentação das sobrancelhas

As sobrancelhas é uma das regiões marcantes e essenciais para a harmonização facial. No decorrer dos anos, de acordo com a moda e tendência da época passaram por diversos formatos e espessura variando das mais finas até as mais grossas.

Com o passar dos anos, as novidades na área estética vão surgindo, e a última tendência é o delineamento das sobrancelhas, buscando a correção de falhas ou até mesmo a alteração do formato delas, afim de criar uma harmonia facial, favorecendo os traços do rosto e gerando harmonia no todo trazendo expressividade e realçando o olhar.

Esta técnica é bastante é usada para pigmentar a pele para desenhar e definir traços e corrigir formatos, para que o resultado

seja satisfatório, pode ser necessário alguns retoques nos meses seguintes aos procedimentos.

A primeira técnica de micropigmentação, chamada de sombreamento, consistia em desenhar as sobrancelhas fazendo um sombreado, com a técnica de micropigmentação, porém a naturalidade não era presente no desenho e, muitas vezes, as sobrancelhas sofriam alteração de cor ao longo dos anos.

Ao longo dos tempos, a técnica foi evoluindo e aprimorada até que nos dias atuais. Surgiu a micropigmentação fio a fio, em que as sobrancelhas não eram mais desenhadas de maneira sombreadas, como era feito anteriormente, agora, a técnica consiste em desenhar pelo a pelo, na tentativa de imitar ou deixar as sobrancelhas mais próximas da realidade. Os pigmentos utilizados também foram melhorados, fornecendo ao profissional melhores opções de cores e durabilidade maior.

Nos dias atuais, a técnica chamada de *microblanding* é a mais avançada, uma vez que trabalha fio a fio em HD, os pelos não são desenhados em linha reta, mas em vários sentidos aproximando das características naturais do pelo. Dessa forma, além de ser preenchida, também aparenta um volume maior nos pelos.

#### Maquiagem Sobrancelhas com Henna

As sobrancelhas são capazes de transformar o olhar e tornou-se uma grande aliada das mulheres na expressão facial.

Os diferentes formatos e formas de sobrancelha, além de compor a face, trazem destaque ao olhar e ao longo da história, os estilos foram modificando de acordo com as influências da época.

A coloração das sobrancelhas com henna é uma técnica usada há muito tempo. Henna é o nome de uma árvore em árabe, cujo nome científico é *Lawsonia inemis*, possuindo propriedades medicinais que visam diminuir a temperatura corporal. Por essa razão é que, na cultura árabe, usa-se essa planta com o intuito de diminuir a temperatura corporal, graças ao clima extremamente quente do deserto.

No Brasil, essa técnica, muito usada por outros povos, é utilizada com fins de embelezamento, especialmente na região das sobrancelhas, já que é possível cobrir falhas e colorir os pelos para um melhor delineamento do desenho das sobrancelhas.

Essa técnica bastante interessante pode ser um recurso rápido e prático. A durabilidade da técnica é em média de sete a 14 dias,

dependendo dos cuidados e das características da pele em que é feita. A realização do procedimento leva em média 40 minutos e o profissional deve ser ligeiro na aplicação, pois a pigmentação acontece de maneira rápida, afim de evitar deixar a região borrada.

Para a realização da técnica, é necessário o kit de hena, que contém o pó de henna e a loção fixadora, esse kit possui diversas cores, e é sempre importante observar a tonalidade dos pelos e do cabelo do cliente em que a técnica será aplicada. Geralmente, a técnica é realizada após a modelagem das sobrancelhas para corrigir falhas e deixar o desenho bem delineado.

É preciso observar a tonalidade da pele do cliente, a cor do cabelo e a quantidade de pelos da sobrancelha. Peles mais claras tendem a pigmentar mais rapidamente, assim como sobrancelhas com bastante pelo também pigmentam rapidamente. Quanto mais claro for o cabelo, por menos tempo será deixada a henna.

Caso a sobrancelha apresente alguma falha de pelos grandes e não pigmente da mesma maneira que o restante, já que regiões com menos pelos pigmentam menos e com mais dificuldade, pode-se aplicar novamente o produto somente naquela região mais clara e aguardar mais alguns minutos para tentar aproximar a cor do restante da sobrancelha



Figura 4.13 | Aplicação da henna

Fonte: iStock.

Uma outra maneira de trabalhar com a henna é a aplicação na cabeça fazendo desenhos artísticos é uma maneira criativa de devolver a autoestima nessas clientes.

### Maquiagem para as Sobrancelhas

Definir e traçar o formato das sobrancelhas deixa a maquiagem com acabamento, além de realçar o olhar. As máscaras incolores para as sobrancelhas ajudam a pentear e fixar os pelos e o lápis e as sombras devem ter um tom próximo a cor dos cabelos auxiliam no formato das mesmas além de cobrir as falhas e as imperfeições. As sombras com as tonalidades marrom são bem-vindas e no mercado temos diversas tonalidades.

Os kits para sobrancelhas geralmente possuem dois tipos de tons de sombra além de um pincel para a aplicação que deve ser pincel chanfrado.

Outra maneira de valorizar a região é usar os cílios postiços compostos por pelos artificiais e apresentam diversos tamanhos e texturas e volume. O tamanho desejado deve ser cortado e, após o uso de uma cola específica, inserido junto a linha dos cílios.

### Micropigmentação paramédica

A micropigmentação paramédica originou-se da tatuagem, sendo uma técnica usada no Oriente e no Ocidente que tem evoluído de forma satisfatória, sendo utilizada tanto para fins estéticos (embelezamento) quanto para reparação (paramédica).

É uma técnica desenvolvida que tem como principal objetivo colaborar com o tratamento e com a recuperação de mulheres acometidas do câncer de mama e que passaram pelo procedimento de mastectomia, ou seja, retirada parcial ou total da mama. Após a reconstrução da mama, é necessário que haja um trabalho específico para que a aparência da mama amenize a dor da perda, além de elevar a autoestima e a qualidade de vida da mulher.

Atualmente a micropigmentação vem sendo muita aplicada em mulheres mastectomizadas que buscam por uma imagem semelhante e mais natural possível da mama perdida, amenizando a sensação de perda.

As mamas são o símbolo da feminilidade e da sedução, sua remoção causa grande impacto na qualidade de vida das mulheres.

Os tipos de pigmentação exógena introduzida na camada subepidérmica da pele por meio físico (demógrafo e agulhas), que visa a correção ou embelezamento estético, é conhecido como maquiagem definitiva.

A micropigmentação é realizada por meio de uma agulha, com a qual o pigmento é injetado na pele de forma a não apresentar qualquer sinal cicatricial.

Para o tratamento de câncer, a mastectomia é a forma de tratamento mais realizada, seguida da radioterapia e a quimioterapia.

Com o avanço da medicina, as mulheres que sofreram com a mastetcomia podem fazer usos da técnica chamada micropigmentação paramédica, que consiste em reconstituir o desenho areolar, para promover melhor aparência estética da região mutilada e melhora da autoestima e autoimagem.

A reconstrução areolar tem passado por diversas inovações cirúrgicas, no entanto, a que apresenta resultados mais satisfatórios é a dermopigmentação. Com essa técnica, é construída uma nova estrutura cobrindo as cicatrizes indesejáveis.

A cor do pigmento deverá respeitar o tom da pele de quem recebe a técnica. A quantidade a ser utilizada para a reconstrução das aréolas deve ser preparada de uma única vez com o intuito de evitar tonalidades diferentes. Durante a técnica, a parte de dentro das aréolas e em volta do bico é mais clara e com isso cria uma ilusão de projeção.

É recomendado o uso de agulhas circulares de três pontas para a região central e agulhas lineares ou de cinco pontas para o preenchimento da aréola.

A técnica não apresenta riscos desde que adotadas as medidas de higienização e biossegurança e, graças a isso, é bastante aprovada pelos médicos e com resultados significativos, que auxiliam de forma significativa a autoestima das mulheres.

Os resultados da técnica são visíveis logo após a aplicação, no entanto, a partir dos quinze dias posteriores à pigmentação aplicada, observando a densidade da cor. Após um mês, a cliente deverá fazer uma revisão para um possível retoque ou a confirmação de um excelente trabalho.

Figura 4.14 | Paciente mastectomizada



Fonte: iStock.

### Cuidados pós-micropigmentação

Com o intuito de uma maior durabilidade da técnica e também a recuperação da região lesionada pela técnica deve ser evitada a exposição ao sol ao menos por três dias após a execução da técnica, e fazer sempre o uso de protetor solar.

Nas primeiras horas após o procedimento, deve-se evitar lavar a região com sabonetes e esfregar o local, também devem ser evitados produtos com ácidos, pois diminuem a permanência e a intensidade da cor.

É muito importante salientar que, enquanto a cliente estiver realizando o tratamento contra o câncer, as técnicas de micropigmentação não devem ser realizadas.

Caso seja realizada a micropigmentação, alguns cuidados devem ser tomados em um período de 10 a 30 dias após o procedimento, como não se expor ao sol, na região que foi pigmentada, não passar produtos com ácido e abrasivos e deve-se usar uma pomada especial indicada pelo médico para a cicatrização da região. A região não deverá ser molhada em um período de 48 horas após o procedimento, o cliente não deverá frequentar locais úmidos e com calor excessivo como saunas.

Por ser uma técnica invasiva que pode levar a um processo inflamatório não deve ser ministrada em pacientes com a imunidade baixa

A camuflagem na área da estética é muito utilizada para esconder as imperfeições da pele e, conhecer as características da pele que está sendo maquiada, eleva o profissional em suas habilidades e garante maiores cuidados à pele, com o uso adequado de produtos específicos.

Nesse contexto, raras são as pessoas que apresentam uma pele perfeita sem a necessidade de correções quer seja por um acne, cicatriz ou até mesmo as olheiras e o cansaço depois de uma noite mal dormida.

Pensando no tema desta unidade, a atenção se concentra em clientes que estão com câncer e, por causa do tratamento, apresentam alterações na pele, nos pelos, áreas de atuação do profissional da estética e cosmética.



Os pacientes que são submetidos ao tratamento com câncer podem apresentar irregularidades na pele, ressecamento, descamação, além das doenças de pele como as micoses devido à queda da imunidade por causa dos tratamentos realizados (quimioterapia, radioterapia).

Você, alunos do curso de Estética e Cosmética, sabem quais os produtos que podem ser utilizados nesses clientes?

Também deve-se dar preferência sempre a produtos hipoalergênicos que diminuem os casos de reações alérgicas e sensibilidade.

### Corretivos

São produtos que são usados para suavizar imperfeições. Eles podem ser iluminadores ou coloridos para camuflagem. Os corretivos coloridos são utilizados para neutralização e camuflagem, são produtos que complementarão a falta de uma determinada cor na pele, para que a uniformização perfeita aconteça com a base.

O objetivo com o corretivo colorido é de encontrar quais cores estão em falta para neutralizar a região.

Uma das alterações que podem ser encontradas em pacientes com câncer são as olheiras e o cansaço. A hiperpigmentação cutânea pode ser disfarçada com o uso dos corretivos.

As olheiras são alterações estéticas que acometem a face, de etiologia variada e que se apresentam de maneira arroxeadas ou azuladas, dependendo da tonalidade da pele. As olheiras azuladas apresentam excesso de pigmento azul e, para serem equilibradas, precisam das cores vermelho e amarelo, as quais, misturadas, formam a cor laranja ou coral, enquanto as olheiras arroxeadas são a mistura de pigmento vermelho e azul com falta de amarelo, portanto olheiras arroxeadas são camufladas com o corretivo amarelo.

### Bases

Como citado, as clientes com câncer apresentam a pele seca com descamações e, dessa forma, usar bases e corretivos mais leves e hidratantes e evitar os produtos em pó que podem evidenciar o ressecamento da pele.

As bases cremosas conferem maior cobertura e são ideais para as peles secas. Outra opção para corrigir maiores imperfeições são as bases stick, uma vez que conferem maior cobertura.

O profissional da estética deverá optar por maquiagem que não seja a prova d'água, uma vez que são mais difíceis de retirar e podem agredir a pele que é mais sensível.

Dessa maneira, todos os cuidados com a pele devem ser tomados antes de realizar uma maquiagem corretiva também chamada de camuflagem cosmética que busca corrigir as imperfeições da pele.

Como a diversidade dos cosméticos e a qualidade o profissional da estética e cosmética tem o dever de trabalhar com bons produtos em especial nos pacientes com câncer.

O ideal é que as formulações para os pacientes oncológicos sejam formuladas com matérias primas cujos resultados toxicológicos sejam conhecidos. Algumas substâncias conhecidas como teratogênicas devem ser evitadas nesses pacientes tais como os parabenos derivados petroquímicos.

Os hidratantes utilizados devem ser livres de álcool e ricos em ácidos graxos que são encontrados nas manteigas naturais e nos óleos vegetais como a manteiga de karite e o óleo de amêndoas que conferem emoliência, umectação e oclusão. Um recurso interessante que auxilia a hidratação cutânea é o uso da água termal.

Os shampoos, condicionadores precisam ser hipoalergênicos, suaves e neutros, e que confiram uma limpeza suave e sem substâncias

que agridam os fios e o couro cabeludo já que um dos sintomas dos pacientes que se submetem a quimioterapia é a queda de cabelos.

Os produtos para a limpeza facial não devem ter um grande potencial de detergência contendo tensoativos suaves e sem fragrância.

O uso do filtro solar com alto índice de proteção também é um recurso essencial.

Um dos recursos que pode ser usado são as perucas que, além de proporcionar beleza e melhora na autoestima das clientes, favorece a construção da imagem, pois é uma maneira criativa de brincar com diferentes estilos de perucas, cores e tipos de cabelos.



O uso de perucas teve início entre os aristocratas, com registros históricos do rei da França, Luís XIV (1638-1715), que adotou a peruca com o objetivo de esconder a calvície. Naquela época, a nobreza aderiu à ideia e o uso se tornou comum. Dessa maneira, a peruca começou a demonstrar as diferenças sociais entre as classes, tornou-se sinal de status e de prestígio.

No entanto, o símbolo da elegância teve também seu lado negativo devido aos maus costumes de higiene da época o que tornou as perucas um meio de proliferação de vários tipos de insetos e animais, como baratas e camundongos.

No Egito Antigo, homens e mulheres de todas as classes sociais usavam perucas como um disfarce para as cabeças raspadas por causa de uma epidemia de piolhos.

Para as pessoas que gostam de mudar o visual sem se preocupar em prejudicar o couro cabeludo e cabelos, a peruca é um acessório indispensável, podendo mudar o visual da maneira que achar melhor: curtos, médios ou longos e ainda escolher a cor que mais agrada (loiros vermelhos ou escuros). Seu uso hoje se deve a fatores como: perda parcial ou total dos cabelos, tratamentos de doenças, estética e moda.

Nos dias de hoje, são encontradas no mercado dois tipos de perucas: com cabelo humano e com cabelo sintético. Aquelas feitas com o cabelo humano usam o cabelo virgem, ou seja, aqueles que nunca passaram por nenhum procedimento químico como as colorações, apresentam melhor qualidade, podem ser tingidos e passar por secador, chapa ou babyliss. A durabilidade quando bem cuidados é de cerca de 5 anos

Já o cabelo sintético é caracterizado por ser desenvolvido em laboratório industrial, feitos de fibras de fios acrílicos ou nylon. Apresentam uma durabilidade menor, cerca de 3 a 6 meses, e não suportam grandes transformações. Necessitam de cuidados redobrados uma vez que esses fios geralmente não resistem ao calor e nem quando submetidos à química.

A produção das perucas passa por dois métodos sendo confeccionada à mão ou com máquinas.

Confeccionadas à mão: perucas que costumam ter uma touca mais fechada e seu tecido macio. Os fios de cabelo são tecidos manualmente fio a fio, portanto, sua fabricação se torna mais demorada cerca de 15 a 20 dias. O resultado fica natural, podendo dividir o cabelo para qualquer lado. Confeccionadas à máquina: são fabricadas em grande escala. A tela das perucas feita à máquina não leva um tecido tão macio, porém a mesma é confortável. Não esquenta, pois a tela é mais aberta e a quantidade é menor de cabelo, tornando-se mais leve. Os cabelos são costurados sobre a touca em uma única direção dificultando fazer alterações na peruca.

### Tipos de Peruca

### Lace Front

Essa peruca se caracteriza por possuir na área da frente 5 cm de tela (lace), o que promove mais naturalidade, o restante é costurado em um tecido cheio de orifícios por onde o cabelo é costurado. Não deixando o cabelo natural abafado.

### Full lace

Esse tipo de peruca deve ser feita de acordo com a medida da cabeça da cliente e colocada com uma cola especial. É uma prótese feita fio a fio em toda a área da cabeça e com uma tela (lace) fina. Proporciona naturalidade.

## U-part

Essa peruca possui uma abertura em forma de U podendo ser na parte central, direita ou esquerda. Esse orifício serve para colocação da peruca, passando as mechas do cabelo natural para fora, a parte de dentro onde fica localizada a abertura é composta por grampos tic tac, fazendo com que a aparência figue mais natural.

O uso das perucas e acessórios como as bandanas e os lenços são primordiais para devolver a esses pacientes autoestima e confiança uma vez que os cabelos fazem parte da feminilidade das mulheres.

Figura 4.15 | Peruca



Fonte: iStock.

Outra maneira de compor o visual das pacientes com câncer é com o uso dos lenços que criam um visual mais despojado e contribuem para a autoestima das clientes além de proteger a cabeça contra a radiação solar.

O Brasil é caracterizado como um país tropical onde predomina os dias quentes e úmidos. Para os dias mais quentes optar por tecidos leves e fluidos como a seda, crepe, cetim, e o algodão e para os dias mais frios as pashiminas que são mais grossas protegem a cabeça do frio. É importante que o tecido seja confortável para quem está usando.

Os lenços possuem diferentes formatos uns maiores e outros menores para um lenço quadrado o tamanho ideal é 90x90 e para os lenços retangulares 180x70, sendo ideal que cubram toda a região da testa até a nunca sem contar com o nó que deverá ser feito atrás para segurar este à cabeça.

Apostar em lenços com cores vivas, estampas alegres ajuda a amenizar o período difícil que estas clientes enfrentam.

Figura 4.16 | Lenço em paciente com câncer



Fonte: iStock

## Pesquise mais

Nesse vídeo, você encontrará dicas de uma maquiagem básica para pacientes com câncer.

<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ypBuE-l7wlg">https://www.youtube.com/watch?v=ypBuE-l7wlg</a>. Acesso em: 15 jul. 2018.

No próximo vídeo, você encontrará informações sobre a maquiagem para pacientes com câncer.

<a href="https://www.youtube.com/watch?v=B1ZASX9cZrl">https://www.youtube.com/watch?v=B1ZASX9cZrl</a>. Acesso em: 14 set 2018

Nesse artigo, você encontrará informações sobre câncer de mama:

<a href="http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a05v13n2">http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a05v13n2</a>. Acesso em: 14 set. 2018.

Nesse artigo, você encontrará informações sobre câncer de mama e cosméticos

<a href="http://abmanacional.com.br/arquivo/cfb3f01417789d6e3639ea504">http://abmanacional.com.br/arquivo/cfb3f01417789d6e3639ea504</a> c08327eab1dc37b-35-1-cancer-de-mama-e-cosmeticos.pdf>. Acesso em: 14 set. 2018.

No artigo a seguir, você encontra informações sobre o uso da micropigmentação no designer de sobrancelhas, disponível em:

<ftp://revista.ciesa.br/R6/EST02.pdf>. Acesso em: 14 set. 2018.

Nesse vídeo, você aprenderá a fazer amarrações diferentes com lenço para pacientes com câncer

<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IS-FNHfE4kE">https://www.youtube.com/watch?v=IS-FNHfE4kE</a>>. Acesso em: 14 jul. 2018.

### Sem medo de errar

Quais seriam os procedimentos pertinentes ao profissional da estética e cosmética para auxílio da reconstrução da imagem pessoal de pessoas que foram acometidas por câncer? Quais são os profissionais liberados para realização da técnica de micropigmentação?

Como vocês acompanharam no decorrer desta seção, tratamos das alterações que os clientes com câncer de mama podem apresentar que são a perda de cabelos, dos pelos, sem contar com a mastectomia que retira parte do tecido mamário ou todo ele tendo a necessidade de reparação cirúrgica além da pigmentação da aréola através da micropigmentação paramédica para a reconstrução desta.

Essas alterações influenciam na imagem pessoal dessas mulheres que necessitam além do apoio familiar e psicológico de profissionais que auxiliam no resgate da autoestima. Dentro desse contexto, entra os trabalhos do profissional da estética e cosmética por meio das técnicas da maquiagem redesenhando o formato das sobrancelhas, valorizando os pontos fortes do rosto feminino, ensinando dicas de automaquiagem para as clientes, auxiliando e incentivando na criatividade para as bandanas, lenços e perucas.

É papel do tecnólogo em estética e cosmética ensinar estas clientes a resgatar a autoestima.

## Avançando na prática

### Resgate da autoestima a partir dos procedimentos estéticos

### Descrição da situação-problema

Luana era uma mulher que chamava a atenção por onde passava por sua beleza e seus traços marcantes. Casada com um homem rico, está inserida na alta sociedade carioca e seu apelido é "a bela da sociedade". Quando realizou o autoexame. sentiu uma alteração em sua mama esquerda e foi ao médico, onde foi diagnosticada com câncer de mama em estágio avançado. Uma semana após a descoberta, estava realizando a primeira seção de quimioterapia e sentiu sua vida desmoronar. Passou por três sessões de quimioterapia para ir para a cirurgia na qual precisou fazer a mastectomia total. Toda a sua beleza e vaidade foi substituída por uma mulher amarga e sem vontade de prosseguir a vida, o marido foi aos poucos se afastando até sumir de sua vida. Foi incentivada por sua amiga a procurar um centro de estética uma vez que sua pele estava extremante seca, sem viço, sem cabelos, sem sobrancelhas, sem vontade de viver. De que maneira você profissional da área da estética trabalharia com essa cliente?

### Resolução da situação-problema

No primeiro momento, a acolhida para a cliente é o primeiro passo, seja cordial, inspire confiança, carinho e proteção. Proporcione um ambiente agradável, com música de fundo suave e aromaterapia. Partindo do pressuposto que o médico a liberou para os procedimentos estéticos, colha por meio de uma anamnese detalhada tudo aquilo que ela espera de você. Realize uma limpeza de pele, hidratação facial, massagem facial relaxante, hidratação corporal, o toque gera sensação de conforto e bem-estar. Por meio da técnica de maquiagem, realce os traços marcantes, trabalhe com a aplicação de henna.

## Faça valer a pena

**1.** O câncer de mama é uma doença que afeta as mulheres de várias idades e gera medos, dúvidas e insegurança.

É uma doença que, além dos danos psicológicos, influencia diretamente na feminilidade, na vaidade e na autoestima das mulheres. Uma das formas de tratamento é a mastectomia que consiste na retirada de parte do tecido mamário. A micropigementação paramédica é um recurso que vem sendo utilizado com o intuito de devolver a autoestima das mulheres. Com relação à essa técnica assinale a alternativa correta:

- I. Nessa técnica é construída uma nova estrutura cobrindo as cicatrizes indesejáveis.
- A cor do pigmento deverá respeitar o tom da pele de quem recebe a técnica.
- III. A quantidade a ser utilizada para a reconstrução das aréolas deve ser preparada de uma única vez com o intuito de evitar tonalidades diferentes.
- a) Somente a l está correta.
- b) Somente a II está correta.
- c) Estão corretas somente a Le II
- d) Todas estão corretas.
- e) Somente I e III estão corretas
- **2.** O profissional da Estética pode, a partir dos recursos empregados, trabalhar com as clientes que apresentam câncer de mama, devolvendo a autoestima por meio de suas técnicas empregadas.

Uma das maneiras é por meio da maquiagem com hena, que pode ser aplicada nas sobrancelhas devolvendo um aspecto mais bonito e saudável para as clientes. Com relação a essa técnica assinale a alternativa correta:

- I. O padrão de sobrancelha deve estar relacionado às proporções da face, favorecendo os traços do rosto e gerando harmonia no todo trazendo expressividade e realçando o olhar.
- II. Para a realização da técnica, é necessário o kit de henna que contém o pó de henna e a loção fixadora, e um pincel chanfrado.

- III. Apesar de ser um procedimento barato a realização do procedimento é inviável uma vez que o tempo para a realização do mesmo é muito grande.
- a) Todas as alternativas estão corretas
- b) Somente a alternativa Lestá correta
- c) Somente a alternativa II está correta.
- d) Estão corretas apenas as alternativas I e II
- e) Somente as alternativas Le III estão corretas
- **3.** Uma das seguelas dos pacientes que são submetidos a quimioterapia é a perda dos cabelos, que representa, para as mulheres, um símbolo de feminilidade, de beleza e de sedução.

Sendo assim, uma forma do Tecnólogo em Estética incentivar suas clientes a melhorar a imagem pessoal e por consequência a autoestima é através dos lenços, das bandanas e das perucas, criando inclusive um visual despojado.

Com relação às perucas, assinale a alternativa correta:

- Os tipos de peruca existentes no mercado nos dias atuais são: Lace Front, Full Lace e U-part.
- As perucas do tipo Lace Front devem ser feitas de acordo com a medida da cabeça da cliente e colocada com uma cola especial. É uma prótese feita fio a fio em toda a área da cabeça e com uma tela (lace) fina.
- III. O tipo de peruca que apresenta maior naturalidade quando colocada na cabeça é a U- part, que se caracteriza pela peruca possui uma abertura em forma de U podendo ser na parte central, direita ou esquerda.
- Todas as alternativas estão corretas a)
- Somente as alternativas Le II estão corretas h)
- Somente a alternativa Lestá correta C)
- Somente a alternativa II está correta d)
- Somente as alternativa III está errada e)

# Referências

ABBAS, A. K., Cellular and molecular immunology. 8. ed. Amsterdam: Elsevier, 2014.

BIONDO, S.; DONATI, B. **Cabelo**: cuidados básicos, técnicas de corte, coloração e embelezamento. 3. ed. Rio de Janeiro: SENAC Nacional, 2011.

BRANDÃO, F. M.; CARMO, K. F.; MENEGAT, T. A. Dermopigmentação cutânea em pacientes mastectomizadas. **RESC.** v. 4, n. 2, 2014.

BRASILEIRO FILHO, G. Patologia. 8.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

CLEAVER, J. E.; CROWLEY, E. UV damage, DNA repair and skin carcinogenesis. **Front Bioscience**, v. 1, n. 7, p. 1024, 2002. Disponível em: <a href="https://goo.gl/dKfeL1">https://goo.gl/dKfeL1</a> Acesso em: 12 set. 2018.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. Fisioterapia dermato-funcional. 3. ed. São Paulo: Manole, 2004.

HALLAWELL, P. Visagismo integrado: identidade, estilo e beleza. São Paulo: Senac, 2009.

HARRIS, M. I. N. C. **Pele**: estruturas, propriedades e envelhecimentos. São Paulo: Senac. 2009

Instituto Nacional do Câncer. **Falando sobre doenças da mama: Pro-Onco**. Rio de Janeiro: Coordenação de Programas de Controle do Câncer/ Ministério da Saúde, 2014.

MATOS, P. S. Cosmetologia Aplicada. São Paulo: Editora Érica, 2014

MURPHY, K. **Imunobiologia de Janeway**. 8. ed. Dados eletrônicos. Porto Alegre: Artmed, 2014.

PRESTON, D. L. et al. **Radiation effects on breast cancer risk**: a pooled analysis of eight cohorts. Radiat Res 158:220, 2002.

RESCAROLL, A. C.; SILVA, G. M.; VALDAMERI, G. A. **Foliculite e a depilação**: seqüelas, tratamentos e o papel do Tecnólogo em Cosmetologia e Estética. Disponível em: <a href="http://siaibib01.univali.br/pdf/Ana%20Carolina%20Rescaroli%20e%20Gislene%20Martins%20da%20Silva.pdf">http://siaibib01.univali.br/pdf/Ana%20Carolina%20Rescaroli%20e%20Gislene%20Martins%20da%20Silva.pdf</a> Acesso em: 27 mar. 2018.

ROBBINS, S. L., Cotran, Ramzi S., Kumar, Vinay. **Base patológica da doença**. Rio de Janeiro : Elsevier, 2010.

TORTORA , G. J.; DERRICKSON B. **Princípios de Anatomia e Fisiologia**. 12 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

WANG, W. Emergence of a DNA-damage response network consisting of Fanconi anaemia and BRCA proteins. **Nat Rev Genet.** v. 8, p. 735, 2007.

