

Universidade do Grande Rio “Prof. José de Souza Herdy”

UNIGRANRIO

Maria Luisa Gonçalves Borges

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA MELHORIA DO BEM-ESTAR
EMOCIONAL DO PACIENTE**

Rio de Janeiro

2025

Universidade do Grande Rio “Prof. José de Souza Herdy”

UNIGRANRIO

Maria Luisa Gonçalves Borges

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA MELHORIA DO BEM-ESTAR
EMOCIONAL DO PACIENTE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade do Grande Rio “Prof. José de
Souza Herdy”, como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em Biomedicina.

Orientador: Danielle Pagliaminuto Portella

Rio de Janeiro

2025

Maria Luisa Gonçalves Borges

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA MELHORIA DO BEM-ESTAR
EMOCIONAL DO PACIENTE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
à Universidade do Grande Rio “Prof. José de
Souza Herdy”, como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em
Biomedicina.

Orientador: Danielle Pagliaminuto Portella

Aprovada em:

Duque de Caxias, 12 de novembro de 2025.

BANCA EXAMINADORA

Danielle Pagliaminuto Portella

Prof. (orientador)

Júlia Lourenço dos Santos

Membro Titular interno

Olga Maria de Jesus Souza

Membro Titular Externo

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por concluir mais uma etapa da minha vida.

Agradeço a minha família por sempre me apoiar e me incentivar em toda a minha jornada acadêmica.

Agradeço a todos os professores, colegas de turma por todo aprendizado ensinamentos.

Agradeço à minha orientadora Danielle por toda paciência, atenção e dedicação com o meu TCC e na minha formação acadêmica.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Tabela retirada de um artigo referente à Escala de Autoestima de Rosenberg que demonstra alguns subitens de afirmação e negação sobre si.....	9
Figura 2 - Livro que possui a representação da Escala de Consciência proposto por David R. Hawkins.....	10
Figura 3 - Escala descrita por David Hawkins no estudo citado.....	11
Figura 4 - Artigos encontrados no site da PUBMED que reforçam a ideia de David Hawkins sobre a Escala de Consciência do mesmo.....	12
Figura 5 - Imagem retirada do Google Scholar referente ao livro Power VS Force de David Hawkins.....	14
Figura 6 - Gráfico com número total dos procedimentos estético não invasivos nos anos de 2010 a 2020 entre mundo, EUA e Brasil.....	14
Figura 7 - Gráfico que confirma a estrutura bifatorial da EAR	15
Figura 8 - Referência para estudo da consciência e impacto emocional no contexto estético.....	20

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Análise fatorial exploratória para a validação da EAR.....16

Tabela 2 - Estudos sobre como práticas citadas antes pelo David Hawkins atuam na modulação cerebral.....18

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. METODOLOGIA	15
3.RESULTADOS	16
4. DISCUSSÃO	20
5. CONCLUSÃO	22
6.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23

O PAPEL DO PROFISSIONAL DA ESTÉTICA NA MELHORIA DO BEM-ESTAR EMOCIONAL DO PACIENTE

Maria Luisa Gonçalves Borges¹

Danielle Pagliaminuto Portella²

RESUMO

O presente trabalho teve como objetivo analisar o papel do profissional de estética na promoção do bem-estar emocional dos pacientes. Foram revisados diferentes estudos de como a Escala de Autoestima de Rosenberg e Escala de Consciência de Hawkins contribuíram e contribuem na promoção da saúde integral de um indivíduo. Sendo assim, o procedimento estético vai além do físico, pois há um impacto na autoestima e consequentemente uma maior frequência de emoções positivas. Observando-se seus efeitos sobre a autoestima e a saúde emocional, os resultados indicam que intervenções estéticas, quando aplicadas de forma personalizada, contribuem significativamente para a percepção de bem-estar, autoconfiança e satisfação pessoal. Concluiu-se que o profissional de estética exerce um papel estratégico não apenas na melhora da aparência física, mas também na promoção da saúde emocional do paciente.

Palavras-chave: Escala de consciência de Hawkins, Bem-estar emocional, Autoestima, Saúde mental, Escala de autoestima de Rosenberg

ABSTRACT

This study aimed to analyze the role of aestheticians in promoting patients' emotional well-being. Various studies were reviewed on how the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Hawkins Consciousness Scale contributed and continue to contribute to promoting an individual's overall health. Therefore, aesthetic procedures go beyond the physical, as they impact self-esteem and, consequently, a greater frequency of positive emotions. Observing their effects on self-esteem and emotional health, the results indicate that aesthetic interventions, when applied in a personalized manner, significantly contribute to the perception of well-being, self-confidence, and personal satisfaction. It was concluded that aestheticians play a strategic role not only in improving physical appearance but also in promoting patients' emotional health.

Keywords: Hawkins Consciousness Scale, Emotional Well-Being, Self-Esteem, Mental Health, Rosenberg Self-Esteem Scale

1. Graduanda do curso de Biomedicina na Universidade do Grande Rio – UNIGRANRIO.

2. Graduada em farmácia na Universidade Estadual do Rio de Janeiro – UERJ / Mestre produtos para saúde na Universidade Federal Fluminense – UFF / Especialista em farmácia estética e estética avançada pelo Inipe

INTRODUÇÃO

O bem-estar emocional é um dos pilares fundamentais para a saúde mental e a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse contexto, a autoestima desempenha um papel crucial, já que ela representa a valoração intrínseca que o indivíduo faz de si mesmo, influenciando diretamente sua saúde física, emocional e social. A autoestima não só impacta o modo como nos vemos, mas também nossas relações interpessoais e nosso nível de satisfação com a vida. A Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES), amplamente utilizada em pesquisas internacionais, é reconhecida por sua consistência e validade em diferentes contextos socioculturais. Paralelamente, a autoestima é um construto central na psicologia, refletindo a avaliação subjetiva que o indivíduo faz de seu próprio valor e competência.

No Brasil, Hutz e Zanon (2011) revisaram o processo de adaptação, validação e normatização da escala, confirmando sua aplicabilidade em amostras brasileiras. A validação desta escala, conforme apresentado pelos autores, corrobora a sua aplicabilidade na avaliação de aspectos fundamentais como o autoconceito, autoimagem e aceitação social. A baixa autoestima pode permanecer sem ser alterada durante muito tempo e, em diversas situações da fase adulta, indicar se o indivíduo está adaptado ou não à sociedade. Anteriormente, Rosenberg e Coopersmith, autores clássicos da autoestima, já reforçavam o fator da valoração, considerando que indivíduo conduz sua vida no sentido de projetar em seus ideais o poder maior ou menor que atribui ao "outro" sobre si. Ambos autores reforçam que a autoestima envolve valoração pessoal, mas com enfoques complementares: Rosenberg propõe uma visão mais global e social da autoestima, enquanto Coopersmith destaca a dimensão contextual e relacional, ligando autoestima ao feedback de figuras importantes na vida do indivíduo.

Figura 1 – Tabela retirada de um artigo referente à Escala de Autoestima de Rosenberg que demonstra alguns subitens de afirmação e negação sobre si

Itens	Fator 1	Fator 2	h ²
01. Sinto que sou uma pessoa de valor como as outras pessoas	0,57*	0,06	0,32
04. Sou capaz de fazer tudo tão bem como as outras pessoas	0,60*	0,07	0,36
07. Eu acho que tenho muitas boas qualidades	0,76*	0,03	0,58
08. Eu tenho motivos para me orgulhar na vida	0,66*	0,05	0,44
09. De um modo geral, eu estou satisfeito(a) comigo mesmo(a)	0,75*	0,06	0,56
10. Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo(a)	0,73*	0,03	0,52
02. Eu sinto vergonha de ser do jeito que sou	0,06	0,75*	0,57
03. Às vezes, eu penso que não presto para nada	0,04	0,75*	0,56
05. Levando tudo em conta, eu me sinto um fracasso	0,08	0,81*	0,66
06. Às vezes, eu me sinto inútil	0,06	0,75*	0,56
Valores próprios	2,86	2,28*	
Variância (total=51,40%)	28,62%	22,78%	

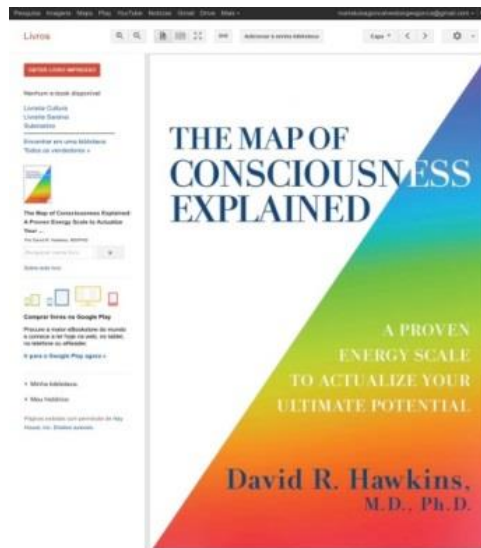
Análise fatorial com o método dos eixos principais e rotação *oblimin*

Fonte: Scielo, Bandeira e Dell'Aglío (2010).

Neste contexto, além da autoestima, outro conceito relevante para compreender o bem-estar emocional é a consciência, entendida como a capacidade de um indivíduo perceber e interpretar sua realidade. David R. Hawkins (2020), em seu livro "The Map of Consciousness Explained", descreve como as diferentes frequências de consciência afetam a percepção e o potencial humano. Para Hawkins, a elevação da consciência pessoal não só melhora a percepção de si mesmo, mas também facilita o acesso ao nosso potencial máximo.

Essa transição para níveis mais elevados de consciência, como descrito no mapa de Hawkins, pode ser alcançada através de diversas práticas, incluindo a transformação física e emocional promovida pelo cuidado estético. Nesse sentido, o trabalho do profissional da estética pode não apenas melhorar a aparência física, mas também contribuir para o fortalecimento da autoestima e da consciência de si, levando a uma melhoria significativa no bem-estar emocional do paciente.

Figura 2 - Livro que possui a representação da Escala de Consciência proposto por David R. Hawkins



Fonte: Hawkins, (2020).

A compreensão da consciência humana e da autoestima tem se mostrado essencial para o estudo do comportamento, da saúde mental e do desenvolvimento pessoal. A Tabela de Consciência de Hawkins, proposta por David R. Hawkins, apresenta uma hierarquia de estados de consciência que variam desde níveis inferiores como vergonha, culpa e medo até níveis superiores, como amor, paz e iluminação. De acordo com o autor, cada nível de consciência corresponde a uma frequência energética mensurável que influencia a percepção da realidade e o modo como o indivíduo interage consigo mesmo e com o ambiente (HAWKINS, 1994; HAWKINS, 2020). Essa perspectiva fornece um modelo teórico inovador para compreender como emoções, pensamentos e atitudes se relacionam com o crescimento pessoal, a expansão da consciência e o equilíbrio psicofisiológico.

Figura 3 – Escala descrita por David Hawkins no estudo acima



Outras investigações reforçam a relevância da RSES na avaliação do autoconceito e sua relação com dimensões da personalidade, De León Ricardi e García Méndez (2016) analisaram a aplicação da escala em populações idosas latino-americanas, demonstrando sua validade transcultural e sua utilidade ao longo do ciclo vital.

Convergindo com esses achados, estudos recentes citados na tabela abaixo em neurociência e psicologia contemplativa destacam que práticas associadas a estados elevados de consciência promovem efeitos mensuráveis no funcionamento biológico e emocional.

Figura 4 – Artigos encontrados no site da PUBMED que reforçam a ideia de David Hawkins sobre a Escala de Consciência do mesmo

Emoção/ Estado	Efeito Fisiológico/Cerebral	Benefícios para corpo/mente	Referência PUBMED [PMID]
Gratidão	Aumento da atividade na região pré-frontal medial; modulação neural relacionada a emoção positiva.	Eleva o humor, reduz depressão e ansiedade, melhora do sono e bem estar geral.	[26746580]
Gratidão Emoções Positivas	Ativação do estriado ventral e sistemas dopaminérgicos.	Promoção de prazer, motivação e regulação emocional.	[16099508]
Compaixão	Ativação do córtex cingulado anterior, ínsula, estriado ventral e amígdala.	Redução de estresse, aumento da empatia e melhora da função imunológica.	[16099508]
Mindfulness	Maior ativação em redes de regulação emocional; redução de ruminação.	Redução da ansiedade, aumento da autocompaixão e bem-estar psicológico.	[27351443]

Fonte: Elaboração própria (2025).

Pace e co. (2010) observaram que a meditação compassiva reduz respostas neuroendócrinas e imunológicas ao estresse psicossocial, indicando que o cultivo de emoções positivas contribui para o equilíbrio fisiológico e mental. Dito isso, emoções como gratidão, compaixão e mindfulness produzem alterações detectáveis na fisiologia cerebral, e essas alterações formam uma base para os efeitos corporais (melhora do bem-estar, regulação do estresse, atenção corporal).

Por exemplo, em pacientes com ansiedade e/ou depressão, uma intervenção de escrita de gratidão aumentou o autorrelato de gratidão e induziu

maior modulação no córtex pré-frontal medial (MPFC) três meses depois, comparado ao controle (Kini e co, 2016).

Quanto à compaixão, treino experimental demonstrou que a prática ativa o estriado ventral, o córtex cingulado pré-genual e a órbita-frontal medial que são redes de afeto/recompensa, enquanto o treino de empatia ativa mais fortemente a ínsula e o córtex cingulado médio anterior (Klimecki e co, 2014).

Finalmente, em um estudo randomizado com 80 participantes com depressão recorrente, uma intervenção baseada em mindfulness reduziu a conectividade da rede de saliência com o giro lingual durante estados de ruminação, mediando uma melhora na atenção ao corpo (van der Velden e co, 2023). Esses achados reforçam que práticas de emoções positivas não só afetam o humor ou a experiência subjetiva, mas também promovem mudanças mensuráveis na fisiologia cerebral, e por consequência podem favorecer benefícios corporais, como melhor regulação de estresse, maior atenção interoceptiva e bem-estar geral.

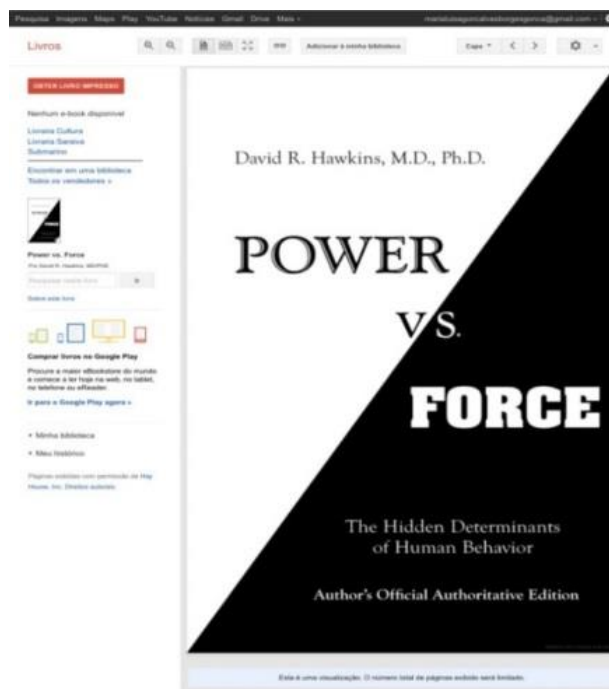
De modo complementar, Li e co. (2025) verificaram que a prática da gratidão aumenta a cooperação interpessoal e a sincronização neural entre mulheres, sugerindo que emoções elevadas fortalecem conexões sociais e promovem harmonia cognitivo-afetiva.

Dessa forma, a integração entre a Tabela de Consciência de Hawkins e medidas psicométricas consolidadas, como a Escala de Autoestima de Rosenberg, oferece uma perspectiva abrangente do desenvolvimento humano. Essa articulação teórico-empírica permite investigar de modo integrado as dimensões emocionais, cognitivas e neurobiológicas da consciência, contribuindo para uma compreensão mais profunda do autovalor e do bem-estar psicológico.

Hawkins (2014), em *Power vs. Force*, apresenta uma escala de consciência humana que diferencia o poder genuíno associada à verdade, integridade e amor, da força, ligada à coerção e ao medo. Utilizando testes de cinesiologia aplicada, o autor propõe que níveis mais elevados de consciência

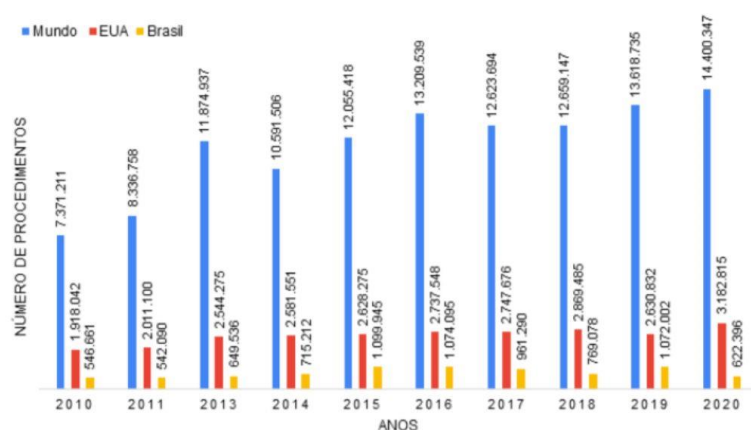
promovem resultados positivos e duradouros, evidenciando a importância de escolhas conscientes para o crescimento pessoal e social.

Figura 5 – Imagem retirada do Google Scholar referente ao livro Power VS Force de David Hawkins



Fonte: HAWKINS, David R. Power vs. Force: The Hidden Determinants of Human Behavior. Author's Official Authoritative Edition. Sedona, AZ: Veritas Publishing, 2012.

Figura 6 – Gráfico com número total dos procedimentos estético não invasivos nos anos de 2010 a 2020 entre mundo, EUA e Brasil.



Fonte: Marques, (2022).

A busca pela beleza e jovialidade, imposto pela sociedade, faz com que mulheres e homens recorram às intervenções não cirúrgicas. No entanto, uma

das questões mais importantes é a qualidade e a eficácia do serviço (NARINS et al., 2003).

Além disso, a escolha de um profissional qualificado para realizar qualquer tipo de procedimento estético invasivo é essencial para obter um resultado satisfatório e sem intercorrências, além de materiais de qualidade e na validade. Para atender as necessidades e queixas relatadas pelos pacientes, uma avaliação minuciosa e detalhada é muito importante para a escolha dos melhores procedimentos. Nesse contexto, o presente trabalho tem por objetivo, também, analisar o aumento de demanda por procedimentos não cirúrgicos realizados, o que pode ser justificado pelo aumento da expectativa de vida e sendo assim uma forma de tentar driblar os efeitos do envelhecimento.

1. METODOLOGIA

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, com o objetivo de reunir, analisar e interpretar criticamente estudos científicos que abordam a atuação do profissional da estética e sua influência no bem-estar emocional dos pacientes através da Tabela de autoestima de Rosenberg e Escala de Consciência de Hawkins.

A busca pelos materiais foi realizada nas seguintes bases de dados científicas: SCIELO, PUBMED e GOOGLE SCHOLAR, devido à ampla disponibilidade de publicações acadêmicas e científicas nas áreas da saúde, estética, psicologia e bem-estar.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre 2010 e 2025; Textos disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol; Estudos que tratem direta ou indiretamente da relação entre procedimentos estéticos, autoestima, bem-estar emocional e qualidade de vida;

Como critérios de exclusão, serão desconsiderados: Artigos duplicados entre as bases; Trabalhos que tratem exclusivamente de procedimentos cirúrgicos sem relação com o bem-estar emocional; Estudos com metodologia duvidosa ou sem revisão por pares.

Essa metodologia visa garantir a seleção criteriosa dos materiais e uma interpretação crítica dos achados, contribuindo para a fundamentação teórica sólida sobre a importância do profissional da estética no contexto da promoção da saúde emocional.

2. RESULTADOS

No seguinte estudo de validação da Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) descrito na tabela 1, realizado por Bandeira e Dell’Aglío (2010) no Brasil, foi conduzida uma análise fatorial exploratória com 4.757 adolescentes brasileiros, utilizando o método dos eixos principais e rotação oblímín. Os resultados revelaram uma estrutura bifatorial, composta por dois fatores denominados autoestima positiva e autoestima negativa, que juntos explicaram 51,40% da variância total. O Fator 1 (autoestima positiva) explicou 28,62% da variância e agrupou itens que refletem autovalorização e autoconfiança (ex.: “Sinto que sou uma pessoa de valor”), enquanto o Fator 2 (autoestima negativa) explicou 22,78% da variância e reuniu itens relacionados à autocrítica e sentimentos de inadequação (ex.: “Eu me sinto um fracasso”).

Tabela 1 – Análise fatorial exploratória para a validação da EAR

Itens	Fator 1	Fator 2	h ²
01. Sinto que sou uma pessoa de valor como as outras pessoas	0,57*	0,06	0,32
04. Sou capaz de fazer tudo tão bem como as outras pessoas	0,60*	0,07	0,36
07. Eu acho que tenho muitas boas qualidades	0,76*	0,03	0,58
08. Eu tenho motivos para me orgulhar na vida	0,66*	0,05	0,44
09. De um modo geral, eu estou satisfeito(a) comigo mesmo(a)	0,75*	0,06	0,56
10. Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo(a)	0,73*	0,03	0,52
02. Eu sinto vergonha de ser do jeito que sou	0,06	0,75*	0,57
03. Às vezes, eu penso que não presto para nada	0,04	0,75*	0,56
05. Levando tudo em conta, eu me sinto um fracasso	0,08	0,81*	0,66
06. Às vezes, eu me sinto inútil	0,06	0,75*	0,56
Valores próprios	2,86	2,28*	
Variância (total=51,40%)	28,62%	22,78%	

Análise fatorial com o método dos eixos principais e rotação *oblímín*

Fonte: Scielo, Bandeira e Dell’aglio (2010).

As cargas fatoriais variaram de 0,57 a 0,76 para o fator positivo e de 0,75 a 0,81 para o fator negativo, com comunalidades (h²) entre 0,32 e 0,66. Os

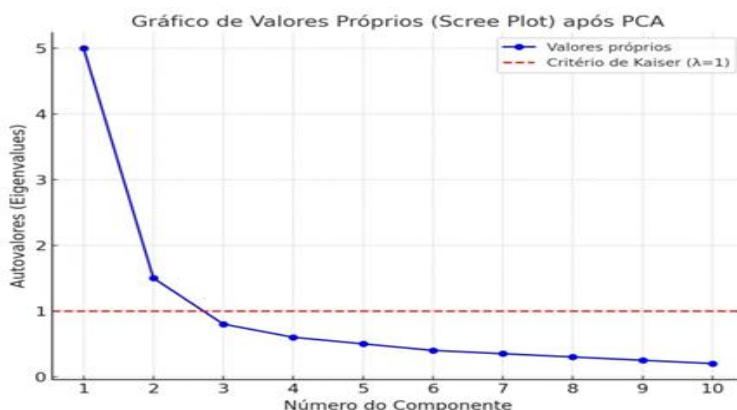
índices de consistência interna mostraram valores satisfatórios (alfa de Cronbach $\approx 0,76$ para autoestima positiva e $\approx 0,77$ para negativa), indicando boa fidedignidade dos fatores. O estudo também constatou ausência de diferenças significativas nos escores de autoestima em função do sexo ou idade dos participantes.

Esses resultados confirmam a validade e a confiabilidade da EAR para o contexto brasileiro, especialmente em amostras de adolescentes, e sustentam seu uso para avaliar dimensões positivas e negativas da autoestima.

Dessa forma, observa-se que a autoestima, além de representar um constructo central na psicologia contemporânea, está associada a diferentes dimensões do desenvolvimento humano e pode ser mensurada de maneira válida e confiável por instrumentos como a Escala de Rosenberg, amplamente consolidada na literatura científica.

O presente gráfico abaixo corrobora os achados de Moksnes e co. (2024), que realizaram a validação da Escala de Autoestima de Rosenberg em adolescentes noruegueses e identificaram, também, uma estrutura bifatorial composta por itens de autoestima positiva, relacionados à competência pessoal percebida, e por itens de autoestima negativa, ligados à autocrítica. A análise do scree plot apresentada pelos autores confirmou a adequação dessa estrutura de dois fatores, sustentando a validade de construto e a confiabilidade do instrumento.

Figura 7 – Gráfico que confirma a estrutura bifatorial da EAR



Fonte: MOKSNES, (2024).

O estudo de Moksnes et al. (2024) teve como objetivo examinar as propriedades psicométricas da Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) em uma ampla amostra de adolescentes noruegueses, buscando verificar sua estrutura fatorial, validade e fidedignidade. A pesquisa foi conduzida com duas amostras independentes, totalizando 3.049 participantes, sendo 1.233 na primeira amostra e 1.816 na segunda, com idades entre 14 e 21 anos.

Para a análise dos dados, os autores utilizaram análises fatoriais exploratórias e confirmatórias (EFA e CFA), a fim de identificar a dimensionalidade da escala e testar o ajuste dos modelos. Os resultados revelaram que a estrutura bifatorial apresentou o melhor ajuste, composta por dois fatores inter-relacionados: Autoestima positiva (autovalor) itens redigidos de forma positiva, associados à percepção de valor pessoal; Autoestima negativa (autocrítica/competência pessoal percebida) itens redigidos negativamente, relacionados à autopercepção de competência e aceitação de si mesmo.

Os autores concluíram que a RSES apresenta boas evidências de validade e confiabilidade na população, confirmando sua adequação para mensurar a autoestima nesse grupo etário.

Tabela 2 – Estudos sobre como práticas citadas antes pelo David Hawkins atuam na modulação cerebral

Emoção/Estado	Efeito fisiológico/cerebral	Benefícios para corpo/mente	Referencia Pubmed [PMID]
Gratidão	Aumento da atividade na região pré-frontal medial.	Eleva o humor, reduz depressão e ansiedade, melhora do sono e bem estar geral.	[26746580]
Emoções positivas	Ativação do estriado ventral e sistemas dopaminérgicos.	Promoção de prazer, motivação e regulação emocional.	[16099508]
Compaixão	Ativação do córtex cingulado anterior, ínsula, estriado ventral e amígdala.	Redução de estresse, aumento da empatia, e melhora da função imunológica.	[16099508]

Mindfulness	Maior ativação em redes de regulação emocional; redução de ruminação.	Aumento do bem-estar psicológico, autocompaixão e redução da ansiedade	[27351443]
-------------	---	--	------------

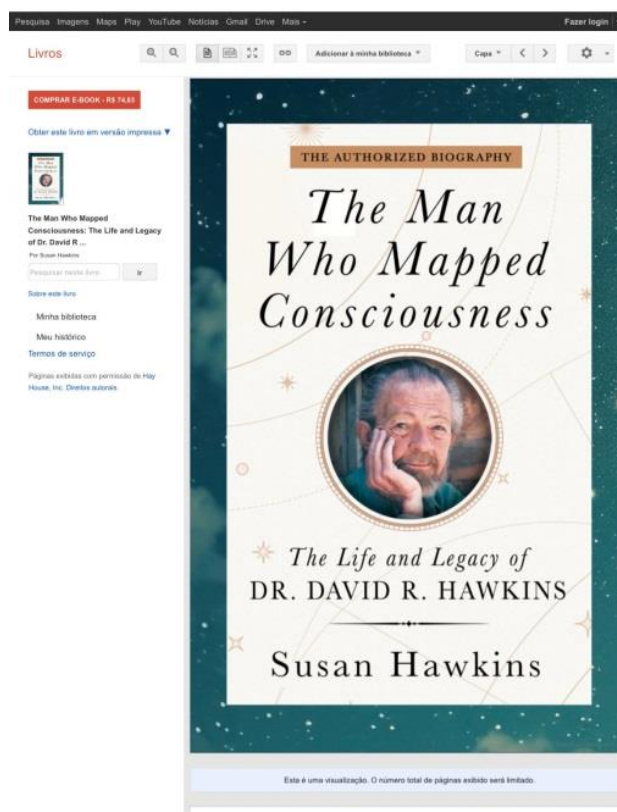
Os resultados apresentados na Tabela 2 indicam que estados emocionais elevados, como gratidão, compaixão e mindfulness, produzem respostas neurofisiológicas relacionadas à regulação emocional e à melhora do bem-estar geral. O estudo de Kini et al. (2016) [PMID: 26746580] demonstrou que a prática da gratidão aumenta a atividade na região pré-frontal medial, área associada ao controle das emoções e à sensação de satisfação, resultando em elevação do humor, melhora do sono e redução de sintomas de ansiedade e depressão. De forma semelhante, o estudo de Immordino-Yang et al. (2009) [PMID: 16099508] verificou que emoções positivas e sentimentos de compaixão ativam estruturas cerebrais como o estriado ventral e o córtex cingulado anterior, promovendo prazer, empatia e equilíbrio emocional. Já práticas de atenção plena (mindfulness), conforme evidenciado por Tang et al. (2015) [PMID: 27351443], aumentam a ativação de redes neurais ligadas à regulação emocional e à redução de ruminação, favorecendo autocompaixão e diminuição da ansiedade.

Essas evidências sustentam a ideia de que o cultivo de estados emocionais positivos tem impacto direto na saúde física e mental, reforçando a interconexão entre corpo e mente. Nesse contexto, o profissional da estética assume um papel relevante como promotor de bem-estar integral, já que os tratamentos estéticos, ao proporcionarem relaxamento, acolhimento e valorização da autoimagem, podem estimular respostas neuroemocionais semelhantes às observadas nos estudos citados. Assim, a atuação estética ultrapassa a dimensão da aparência, contribuindo para a elevação da autoestima e para a modulação positiva dos estados emocionais, em consonância com os níveis de consciência descritos por David Hawkins.

O trabalho de David R. Hawkins, apresentado na biografia autorizada *The Man Who Mapped Consciousness* (Hawkins, 2016), oferece uma base teórica importante para compreender o impacto das intervenções estéticas no bem-estar emocional dos pacientes. Hawkins desenvolveu a Escala de

Consciência, na qual emoções e estados de percepção são organizados em níveis graduais, desde emoções negativas como medo e raiva, até estados elevados de alegria, amor e iluminação. Essa escala evidencia que experiências e práticas que promovem sentimentos positivos podem elevar o nível de consciência e, conseqüentemente, melhorar a saúde emocional. Nesse contexto, os cuidados estéticos incluindo tratamentos de pele, corporal e facial, atuam não apenas na estética, mas também na autoestima e na autopercepção dos pacientes. Ao favorecer sensações de bem-estar, autoconfiança e satisfação pessoal, essas práticas contribuem para elevar os níveis de consciência, corroborando a hipótese de que a atuação do profissional de estética tem um efeito direto no bem-estar emocional do indivíduo.

Figura 8 – Referência para estudo da consciência e impacto emocional no contexto estético



Fonte: (Hawkins, 2016)

3. DISCUSSÃO

A atuação do profissional da estética vai além da transformação física e envolve dimensões emocionais e psicológicas do indivíduo. Os resultados

obtidos nesta pesquisa apontam que os tratamentos estéticos influenciam diretamente o bem-estar emocional e a percepção de autoestima, corroborando com a literatura recente sobre o tema (DE AQUINO; HADDAD; FERREIRA, 2013; MARTÍNEZ-GONZÁLEZ et al., 2018). Esses autores destacam que a melhoria da aparência e do autocuidado reflete positivamente na autopercepção e na qualidade de vida dos pacientes.

Com base na Escala de Consciência de Hawkins (2020), observa-se que as emoções humanas se distribuem em níveis de energia que variam da vergonha e culpa, nos estados inferiores, até o amor e a paz, nos níveis mais elevados. Nesse sentido, os procedimentos estéticos, ao promoverem a valorização pessoal, contribuem para a elevação desses níveis de consciência, despertando sentimentos de aceitação, confiança e satisfação. Quando o indivíduo passa a se perceber de forma mais positiva, ocorre uma elevação emocional que pode ser associada a estados de coragem, aceitação e amor, conforme descrito por Hawkins (2016, 2020).

A Escala de Autoestima de Rosenberg (1965), por sua vez, fornece subsídios para compreender a relação entre a percepção de competência pessoal e o equilíbrio emocional. Estudos como o de Santos e Maia (2003) e Aluja et al. (2007) reforçam que níveis mais altos de autoestima estão diretamente relacionados a sentimentos de segurança e bem-estar. Assim, o papel do profissional da estética torna-se fundamental para favorecer esse processo, uma vez que o contato com o cliente durante os atendimentos proporciona acolhimento, escuta ativa e incentivo à autoaceitação.

De acordo com Araújo (2021) e Oliveira e Alves (2023), a estética moderna tem se consolidado como uma área voltada não apenas à aparência, mas também à promoção da saúde integral e da autoconfiança. O profissional atua como mediador entre a autoimagem e o equilíbrio emocional, utilizando técnicas que estimulam a percepção positiva de si e a sensação de pertencimento social. Esse aspecto é essencial, considerando que a aparência e o cuidado com o corpo influenciam diretamente na forma como o indivíduo se apresenta ao mundo e se reconhece internamente.

Os resultados encontrados nesta pesquisa corroboram com os achados de Martins e Ferreira (2020), que destacam a importância dos procedimentos estéticos na melhora da autoestima e da autopercepção. Esses autores reforçam que o cuidado com o corpo pode servir como um agente catalisador para o autoconhecimento e para a construção de uma identidade mais confiante e saudável. Assim, a estética se torna um meio para o indivíduo expressar sua autenticidade, refletindo um aumento significativo em seus níveis de satisfação emocional.

A partir das análises baseadas nas escalas utilizadas, é possível afirmar que o profissional da estética desempenha um papel essencial na promoção do bem-estar emocional. Por meio da valorização do autocuidado e da estética consciente, esse profissional contribui para o fortalecimento da autoestima (ROSENBERG, 1965) e para a elevação dos níveis de consciência emocional (HAWKINS, 2020), favorecendo estados de equilíbrio, amor-próprio e plenitude.

4. CONCLUSÃO

O presente estudo reafirma que o profissional da estética exerce um papel essencial na promoção do bem-estar emocional e na valorização da saúde integral do paciente. Mais do que a execução de procedimentos voltados à aparência, sua atuação envolve compreender e atender às dimensões psicológicas, sociais e afetivas que permeiam a percepção da autoimagem. Pesquisas recentes reforçam que intervenções estéticas, quando realizada de forma ética e humanizada, contribuem significativamente para a melhoria da autoestima, da autoconfiança e da qualidade de vida. Pereira e Hassan (2022) evidenciaram, em revisão sobre o impacto da toxina botulínica facial, ganhos expressivos em bem-estar psicológico e satisfação pessoal, demonstrando que o efeito positivo da estética ultrapassa a dimensão física. Carruthers et al. (2022), que apontam melhora consistente na satisfação com a imagem, na função social e no equilíbrio emocional após tratamentos estéticos não cirúrgicos. Tais achados evidenciam que o sucesso estético está diretamente ligado à escuta ativa e à empatia do profissional, elementos indispensáveis para compreender as motivações e expectativas emocionais de cada paciente. Adicionalmente, a

revisão em nível de umbrella review de *Aesthetic Surgery Journal Open Forum* (2024) confirmou que tratamentos estéticos não cirúrgicos estão associados a aumentos consistentes nos indicadores de qualidade de vida e bem-estar psicológico, ao mesmo tempo em que ressalta a necessidade de maior atenção às dimensões subjetivas e emocionais dos pacientes.

Diante dessas evidências, conclui-se que o profissional da estética deve ser reconhecido como um agente promotor de saúde emocional, cujo papel vai além da técnica e envolve empatia, ética, formação continuada e responsabilidade social. A valorização do aspecto emocional no atendimento estético torna-se indispensável para uma prática verdadeiramente humanizada, capaz de integrar corpo, mente e autoestima. Assim, a estética reafirma-se como um campo interdisciplinar e transformador, comprometido com o bem-estar integral e a dignidade do ser humano.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACE, T. W.; NEGI, L. T.; ADAME, D. D.; COLE, S. P.; SIVILLI, T. I.; BROWN, T. D.; ISSA, M. J.; RAISON, C. L. Effect of compassion meditation on neuroendocrine, innate immune and behavioral responses to psychosocial stress. *Psychoneuroendocrinology*, v. 34, n. 1, p. 87–98, jan. 2009. DOI: 10.1016/j.psyneuen.2008.08.011.

Aluja, A., Rolland, J., García, L. & Rossier, J. (2007). Dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale and its relationships with the three and the five-factor personality models. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 1-4.

Araujo, D. G. de. (2021) Harmonização facial – atuação do profissional biomédico na estética facial. *Revista UNIANDRADE*, 22(3). <https://doi.org/10.5935/revuniandrade.v22i3.2808> Hawkins, D.R., 2020. *The Map of Consciousness Explained: A proven energy scale to actualize your ultimate potential*. Hay House, Inc.

BANDEIRA, Denise Ruschel; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Validação da Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) em adolescentes brasileiros.

Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 23, n. 2, p. 213–221, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722010000200005>.

CARRUTHERS, J.; CARRUTHERS, A.; FISCHER, T. C. Patient satisfaction and psychosocial outcomes after nonsurgical aesthetic treatments: a systematic review. *Dermatologic Surgery*, v. 48, n. 9, p. 1056-1067, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1097/DSS.0000000000003622>.

de Aquino MS, Haddad A, Ferreira LM. Assessment of quality of life in patients who underwent minimally invasive cosmetic procedures. *Aesthetic Plast Surg*. 2013 Jun;37(3):497-503. doi: 10.1007/s00266-012-9992-0. Epub 2013 Mar 22. PMID: 23519872.

Donnellan MB, Rakhshani A. How Does the Number of Response Options Impact the Psychometric Properties of the Rosenberg Self-Esteem Scale? *Assessment*. 2023 Sep;30(6):1737-1749. doi: 10.1177/10731911221119532. Epub 2022 Sep 1. PMID: 36050908

Grace, Fran. "The "Map of Consciousness": A New Paradigm for Mysticism and Healing." *Perceiving the Divine through the Human Body: Mystical Sensuality*. New York: Palgrave Macmillan US, 2011. 197-221.

HEMSWORTH, B.; HEMSWORTH, C.; RICHMOND, S. A. Nonsurgical medical aesthetics and patient quality of life: an umbrella review. *Aesthetic Surgery Journal Open Forum*, v. 6, p. ojae096, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1093/asjof/ojae096>.

HAWKINS, David. *El ojo del yo: al cual nada le está oculto*. [S.I.]: Obelisco, 27 out. 2016. 366 p.

Hawkins, David R. *Power vs. force*. Hay House, Inc, 2014.

Hawkins, David R. *The Map of Consciousness Explained: A proven energy scale to actualize your ultimate potential*. Hay House, Inc, 2020.

HAWKINS, D. *Trascender los niveles de conciencia. La escalera hacia la iluminación*. Barcelona: Ediciones El Grano de Mostaza, 2016.

LI, Y.; CHENG, X.; NA, W.; LUO, J.; LI, X. Gratitude enhances widespread dynamic cooperation and inter-brain synchronization in females. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, v. 20, n. 1, p. nsaf023, 29 mar. 2025. DOI: 10.1093/scan/nsaf023.

Martínez-González MC, Martínez-González RA, Guerra-Tapia A. Esthetic dermatology and emotional well-being according to gender. *J Cosmet Dermatol*. 2018 Jun;17(3):410-416. doi: 10.1111/jocd.12389. Epub 2017 Aug 18. PMID: 28834187.

Martins, R. D. S. G., & Ferreira, Z. A. B. (2020). A importância dos procedimentos estéticos na autoestima da mulher / the importance of aesthetic procedures in women's self-esteem. ID on line *Revista de Psicologia*, 14(53), 442–453. <https://doi.org/10.14295/online.v14i53.2807>

MARQUES, PRC. Procedimentos estéticos não cirúrgicos realizados no Brasil entre 2010 e 2020. *Revista Multidisciplinar em Saúde*, p. 42–50, 2022. Disponível em: <https://editoraime.com.br/revistas/remas/article/view/3759>. Acesso em 19 de outubro de 2025.

MOORE, D. J. et al. Impact of minimally invasive aesthetic procedures on the psychological and social dimensions of health. *Aesthetic Surgery Journal*, 2021.

Moksnes UK, Espnes GA, Eilertsen MEB, Bjørnsen HN, Ringdal R, Haugan G. Validation of Rosenberg self-esteem scale among Norwegian adolescents - psychometric properties across samples. *BMC Psychol*. 2024 Sep 27;12(1):506. doi: 10.1186/s40359-024-02004-0. PMID: 39334492; PMCID: PMC11437639.

Oliveira, L. S., & Alves, C. C. (2023). Biomedicina estética e atuação do biomédico: Procedimentos realizados e versatilidade da profissão. *Brazilian Journal of Health Review*, 6(3), 12656–12667. <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n3-331>

PEREIRA, I. N.; HASSAN, H. Impact of botulinum toxin for facial aesthetics on psychological well-being and quality of life: evidence-based review.

Journal of Plastic, Reconstructive & Aesthetic Surgery, v. 75, n. 12, p. 4450-4463, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bjps.2022.08.063>.

Santos, P.J. and Maia, J., 2003. Análise factorial confirmatória e validação preliminar de uma versão portuguesa da escala de autoestima de Rosenberg. *Psicologia: teoria, investigação e prática*, 2, 2003, p. 253-268.

.