

TRATAMENTOS ESTÉTICOS ASSOCIADOS COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS - REVISÃO DE LITERATURA

Tamires Cagnassi¹, Lara Soares da Silva¹, Larissa Ribeiro da Silva², Thalita Bastos de Freitas e Silva².

1 – Alunas Graduandas do 1º semestre do Curso Superior Tecnológico de Estética e Cosmética, Centro Universitário Amparense (UNIFIA), Amparo, São Paulo.

2 – Docente do Curso Superior Tecnológico de Estética e Cosmética, Centro Universitário Amparense (UNIFIA), Amparo, São Paulo.

RESUMO

A pele desempenha um papel fundamental como o principal escudo de defesa do organismo contra as ameaças externas, sua estrutura é constituída por três camadas principais: a epiderme, a derme e o tecido subcutâneo. Todos os tipos de pele possuem uma maior concentração de glândulas sebáceas na zona T do rosto, os indivíduos, sempre estiveram expostos a fatores extrínsecos e intrínsecos, devido a isso, os hábitos em cuidados com a pele são essenciais e podem começar logo na infância ou adolescência.

O procedimento de limpeza de pele previne problemas futuros, porém em alguns casos ela é contraindicada, como por exemplo: peles muito sensíveis, peles inflamadas, peles com muita descamação, peles que costumam desenvolver alergias e irritações com facilidade, peles com queimadura solar, acne inflamatória e rosácea. O profissional de estética pode oferecer algumas orientações aos clientes para prevenir complicações relacionadas à acne.

Entre outros tratamentos, está incluso nesta área da estética as Práticas Integrativas e Complementares (PICs), que são terapias voltadas à saúde, onde busca o equilíbrio do ser entre mente, corpo e espírito, por meios naturais. O foco de quem trabalha com essa área, é promover a saúde, fazendo uso de produtos, técnicas e equipamentos que ajudam a restabelecer o equilíbrio emocional, físico e mental. Atualmente, o SUS oferece gratuitamente 29 procedimentos de PICs à população. Com todas essas possibilidades de tratamentos, se tornou possível cuidar da saúde maneiras naturais e acessíveis, evitando em muitos casos, medicamentos alopáticos que acabam por debilitar seus usuários.

O fato de que as práticas não necessitam de recursos tecnológicos mais sofisticados, pode oferecer menos riscos de efeitos colaterais quando comparado ao tratamento convencional. Além disso, pode proporcionar resultados satisfatórios, mais sabedoria sobre as funções com finalidades estéticas, tratamentos que são utilizados, conclusões alcançadas, e além de observar o número de estudos sobre tal assunto.

INTRODUÇÃO

Nessa revisão de artigo, foi focado no assunto sobre pele, tratamentos estéticos associados a práticas integrativas, prevenção da acne, entre outros. A pele desempenha um papel central no organismo humano, atuando como uma barreira protetora contra ameaças externas, regulando a temperatura corporal e desempenhando funções imunológicas e sensoriais. Composta por três camadas principais e diversos anexos cutâneos, a pele apresenta diferentes tipos, variando de acordo com sua oleosidade. (BORGES; 2020)

Cada indivíduo possui características únicas de pele, influenciadas por fatores genéticos, hábitos alimentares, ambiente e outros elementos, portanto, é crucial considerar a singularidade de cada pessoa ao cuidar da saúde da pele, seja ela seca, oleosa, normal, acneica ou sensível. A manutenção adequada da pele desempenha um papel fundamental para garantir suas funções protetoras, imunológicas e sensoriais. Um dos problemas mais comuns da pele é a acne, que pode variar em gravidade e requer cuidados específicos. (BORGES; 2020)

O grau da acne determina uma abordagem que deve ser feita por um esteticista ou um dermatologista, a limpeza de pele é um procedimento estético essencial para tratar a acne de grau I e II, além de desempenhar um papel importante nos cuidados preventivos da pele. A limpeza de pele envolve vários passos, como higienização, esfoliação, emoliência, extração, uso de alta frequência, tonificação, aplicação de máscaras e proteção solar. (BORGES; 2020)

É um procedimento que requer atenção aos detalhes e ao uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) para garantir a segurança do paciente. A prevenção da acne também é fundamental, e os profissionais de estética podem oferecer orientações inovadoras, como evitar a manipulação de lesões e o uso adequado de produtos cosméticos. Além disso, a exposição ao sol deve ser moderada e acompanhada de protetor solar. (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

Práticas Integrativas e Complementares (PICs) estão se tornando cada vez mais relevantes na área da estética e saúde, essas terapias buscam promover o equilíbrio entre mente, corpo e espírito de forma natural e holística. No Brasil, as PICs estão sendo cada vez mais reconhecidas e incorporadas ao Sistema Único de Saúde (SUS), oferecendo opções de tratamento menos invasivas e mais acessíveis. (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

A união das PICs com os tratamentos estéticos visa melhorar o bem-estar dos pacientes e reduzir a dependência de medicamentos convencionais, essas práticas são uma abordagem complementar que pode ser mais segura e econômica para promover a saúde e a qualidade de vida. No contexto atual, a saúde não é apenas a ausência de doenças, mas sim o funcionamento adequado do organismo, englobando aspectos físicos e mentais. (PINHAL; BORGES, 2019)

A estética integrativa tem o potencial de contribuir para a saúde global das pessoas, melhorando sua qualidade de vida e autoestima, em resumo, a pele desempenha um papel vital na proteção e equilíbrio do organismo humano, os cuidados adequados para a pele, incluindo a limpeza da pele e o uso de PICs, podem ser fundamentais para manter a saúde e o bem-estar geral. (PINHAL; BORGES, 2019)

METODOLOGIA

O presente trabalho qualifica-se como uma revisão bibliográfica extraída da literatura científica através de artigos científicos disponíveis no acervo bibliográfico das bases de dados como o Google Acadêmico, Scielo, artigos científicos e sites. Foram escolhidos 15 artigos científicos e sites autorizados, que se adequam dentro dos nossos parâmetros.

Os conceitos-chave utilizados para a pesquisa foram: massagem, práticas integrativas, saúde, efeito fisiológico e PICS. As pesquisas foram realizadas entre os anos de 2018 a 2023.

DESENVOLVIMENTO

A pele desempenha um papel fundamental como o principal escudo de defesa do organismo contra as ameaças externas, garantindo a integridade tecidual e contribuindo para a homeostase corporal. Além disso, ela desempenha funções exigidas na resposta imunológica e na percepção sensorial, ressaltando a importância de sua complexidade e saúde, considerado o maior órgão do corpo humano, a pele possui diversas funções essenciais, como uma barreira protetora contra o ambiente externo, regula a temperatura do corpo, controla a perda de água e atua como um órgão sensorial. (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

Sua estrutura é constituída por três camadas principais: a epiderme, a derme e o tecido subcutâneo, além dos anexos cutâneos como folículos pilosos, glândulas sebáceas e glândulas sudoríparas, cada uma com características e papéis específicos. A pele pode ser comum em diferentes tipos, levando em consideração seu grau de oleosidade. (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

A pele normal/eudérmica apresenta uma textura saudável, suave e aveludada, mantendo uma produção adequada de gordura sem excesso de brilho ou ressecamento, poros pequenos e pouco visíveis. Por outro lado, a pele seca/alipídica é propensa à perda excessiva de água, causando uma textura áspera, descamação, vocação a inflamação, poros poucos visíveis, pouca luminosidade e maior propensão ao aparecimento de pequenas linhas e fissuras. A pele oleosa/lipídica possui um aspecto brilhante e espesso devido à produção excessiva de sebo, o que pode resultar em poros dilatados e predisposição à acne e comedões. Por fim, a pele mista é a mais comum entre os seres humanos e exibe características de oleosidade e poros dilatados na zona T (testa, nariz e queixo) e pele seca nas regiões de bochechas e extremidades. (PINHAL; BORGES, 2019)

Vale destacar que todos os tipos de pele possuem uma maior concentração de glândulas sebáceas na zona T do rosto, independentemente do seu grau de oleosidade. Cada indivíduo possui o metabolismo diferente, variando com fatores como herança genética, hábitos alimentares, ambiente e outros

elementos, levando a variações em suas características. Portanto, é fundamental considerar a singularidade de cada indivíduo e a influência de múltiplos fatores no estado da pele, seja ela seca, oleosa, normal, acneica ou sensível. Os cuidados adequados e a manutenção da saúde da pele são cruciais para garantir suas funções protetoras, imunológicas e sensoriais. (PINHAL; BORGES, 2019)

LIMPEZA DE PELE

Os indivíduos, de maneira abrangente, sempre estiveram expostos a fatores extrínsecos e intrínsecos, como ingestão de bebidas alcoólicas e radiação solar, tais exposições e outras diversas, influenciam diretamente na saúde da pele, podendo causar patologias simples como acne ou até mesmo mais agressivas como a neoplasia maligna de pele. (BORGES; 2020)

Os hábitos em cuidados com a pele são essenciais e podem começar logo na infância ou adolescência, focando principalmente na face e nas mãos, pois são locais mais desprotegidos que podem sofrer com agentes ambientais, como umidade, vento, sol e poluição. Uma das doenças que mais está presente na pele dos seres humanos, são as acnes, elas são um tipo de lesão na pele, que acontece quando bactérias, células mortas e sebo se acumulam, obstruindo os poros. (BORGES; 2020)

A mesma costuma ser mais comum na adolescência, já que os hormônios sexuais contribuem para o aumento na produção das glândulas sebáceas, elevando a oleosidade na pele e aumentando o quadro inflamatório. Além do rosto, o corpo pode ter ainda alguns pontos onde a acne se manifesta, como as costas e o peito. (BORGES; 2020)

Existem quatro tipos diferentes de acne, que são:

Acne grau 1: Formada por comedões e poros que têm aparência mais aberta. (BORGES; 2020)

Acne grau 2: Além dos comedões, o paciente apresenta algumas pústulas. (BORGES; 2020)

Acne grau 3: Acontece quando o paciente, além de comedões e pústulas, apresenta lesões maiores, mais profundas e inflamadas (cistos). (BORGES; 2020)

Acne grau 4: Comedões, pústulas, pequenas e grandes lesões císticas, múltiplos abscessos interconectados e cicatrizes irregulares resultando em deformidade da área afetada (acne conglobata). (BORGES; 2020)

No caso da acne de grau I e II, recomenda-se tratar com um profissional esteticista que auxiliará nos devidos cuidados, já acnes grau III e IV é imprescindível que seja tratado com um médico dermatologista. (BORGES; 2020)

No tratamento de acne de grau I e II ou nos cuidados precoces de combate a doenças de pele, é necessário que seja realizado o procedimento de limpeza de pele, juntamente com a extração de comedões, é um procedimento estético que pode ser utilizado em qualquer fototipo cutâneo para eliminar comedões e pústulas, hidratar a pele, promover renovação celular, remover o acúmulo de impurezas e radicais livres, eliminação de células mortas e a oleosidade excessiva da pele.

Normalmente, antes de diversos tipos de procedimentos estéticos faciais, a limpeza de pele é indicada. (BORGES; 2020)

Assim como outros procedimentos, a limpeza de pele também possui seu passo a passo para servir de base para que o profissional esteticista possa personalizar de acordo com cada tipo de pele. Mas, antes de começar o procedimento o profissional deve se atentar ao uso dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), como máscaras, luvas, toucas descartáveis e jaleco. (BORGES; 2020)

Os passos a passos do procedimento são:

Higienização: Utiliza-se um sabonete facial específico para cada tipo de pele a ser tratada, auxiliando na remoção de toda sujidade da face, como células mortas, maquiagem, secreções sebáceas e impurezas. (BORGES; 2020)

1. Esfoliação: Nessa etapa, é feita a remoção de células mortas, que estão presentes na camada córnea da pele, deve-se ter cuidado nessa etapa e realizar de maneira não tão abrasiva para que não prejudique peles sensíveis e mais secas. Existem três maneiras para realizar a esfoliação:

1.1 Física: Utiliza-se cremes esfoliantes que são realizados por atrito, de maneira suave para que não machuque a pele. (BORGES; 2020)

1.2 Química: Utiliza-se agentes químicos com pH abaixo do pH da pele. (BORGES; 2020)

1.3 Mecânico: Utilizam-se equipamentos como o peeling de cristal e o peeling de diamante. (BORGES; 2020)

Emoliência: Nessa etapa é utilizado cremes emolientes, soluções emolientes de trietanolamina, vapor de ozônio ou máscara térmica, tudo isso para que possa facilitar a extração. (BORGES; 2020)

Extração: É realizada a extração de comedões manualmente ou com o auxílio de um extrator devidamente esterilizado. (BORGES; 2020)

Alta Frequência (HF): Esse aparelho é bactericida e fungicida, capaz de auxiliar no combate aos fungos e bactérias, além de ser um ótimo cicatrizante também. (BORGES; 2020)

Tonificação: Os tônicos possuem várias funções limpar a pele, melhorar a microcirculação local, preparar a pele para receber a hidratação, regular o pH natural da pele e refrescam a pele. (BORGES; 2020)

Máscaras: Nessa etapa é utilizada uma máscara facial de acordo com o tipo de pele que está sendo tratada. Pode ser máscara calmante, clareadora, hidratante, entre outras. (BORGES; 2020)

Filtro Solar: Após finalizar todos os outros passos, é indispensável a utilização de um filtro solar, pois após a extração nosso rosto fica ainda mais exposto e o filtro solar ajudará no aparecimento de possíveis manchas ou até mesmo outras patologias devido a exposição solar. O procedimento de limpeza de pele é muito importante para prevenir problemas futuros, porém em alguns casos ela é contraindicada, como por exemplo: peles muito sensíveis, peles inflamadas

(dermatites), peles com muita descamação, peles que costumam desenvolver alergias e irritações com facilidade, peles bronzeadas (queimadura solar), acne inflamatória, rosácea. (BORGES; 2020)

Outro ponto a ser citado, é que antes da realização da limpeza de pele, é imprescindível que no ato da avaliação seja feita uma boa ficha de anamnese, para que se tenha mais segurança no procedimento.

PREVENÇÃO DA ACNE

O profissional de estética pode oferecer algumas orientações úteis aos clientes para prevenir complicações relacionadas à acne, é importante ressaltar que o cliente não deve manipular lesões, como “espremendo”, evitando riscos de infecção, inflamação ou cicatrizes. Além de recomendar a utilização de produtos cosméticos específicos para higiene da pele acneica ou oleosa, no entanto, é fundamental alertar que uma limpeza excessiva pode ser prejudicial, causando danos ou agravando as lesões. (BORGES; 2020)

Embora uma exposição moderada ao sol possa melhorar a condição da acne, é crucial evitar a exposição excessiva, pois isso tende a piorar o quadro, independentemente disso, o uso do protetor solar é indispensável (dias ensolarados e nublados). Indivíduos que apresentam acne vulgar devem ser orientados a lavar e secar delicadamente a área afetada uma vez ao dia, utilizando um agente de limpeza suave e específico. (BORGES; 2020)

Dado o efeito irritativo terapêutico, é recomendado o uso de cremes ou emulsões sem óleo e, especialmente, evitar qualquer tipo de manipulação das lesões. Existem diversos produtos cosméticos disponíveis para controlar a oleosidade e tratar a pele acneica, uma abordagem terapêutica eficaz pode incluir a utilização de um sabonete normalizador, uma loção tônica adstringente, máscaras para controle de oleosidade, propriedades secativas, anti-inflamatórias e cicatrizantes, bem como um sérum secativo ou de controle de oleosidade, além de um protetor solar adequado. (BORGES; 2020)

É importante ressaltar que o ideal seria que o paciente passasse por uma avaliação com um dermatologista para obter uma prescrição personalizada de cosméticos ou medicamentos que correspondam ao seu tipo específico de lesões acneicas. A obtenção de resultados superiores no tratamento da acne requer educação dos pacientes sobre práticas de cuidados com a pele ao longo da vida, os pacientes devem ser incentivados a adotar corretamente hábitos de limpeza, hidratação e proteção da pele contra danos ambientais. Se necessário, eles devem buscar tratamento dermatológico sob orientação profissional. (BORGES; 2020)

PRÁTICAS INTEGRATIVAS

Mesmo ainda sendo escassas, cresce cada vez mais o número de pesquisas sobre a PICS (Práticas Integrativas e Complementares) no Brasil, e isso se deve ao merecimento do amplo estudo tanto da sua constituição enquanto saber e técnica, quanto do ponto de vista de sua efetividade. (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

De acordo com Batista e Valença (2012), as primeiras tentativas de normatização de Práticas Integrativas e Complementares (PICs), ocorreram em 1988 com a institucionalização nos serviços de saúde no Brasil, através das resoluções nº 4, 5, 6, 7 e 8 do ano de 1988, pela Comissão Interministerial

de Planejamos e Coordenação. Entretanto, foi só em 1999 que o Ministério da Saúde incluiu consultas médicas em acupuntura e homeopatia no Sistema Único de Saúde (SUS). (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

Desde os tempos antigos que se tem conhecimento da procura pela estética, e o maior exemplo disso foi a Cleópatra que era adepta aos cuidados com sua beleza por meios naturais na antiguidade, porém, foi a partir do século XX que essa indústria desenvolveu a sua evolução. A presença de esteticista em clínicas médicas e dermatológicas se tornou cada vez mais comum, já que os tratamentos estéticos se tornaram mais seguros e menos invasivos, e ainda mais acessíveis do que uma cirurgia plástica (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

Foi através da busca pela perfeição, ecoado na maioria das vezes pela mídia, que essa área cresceu ainda mais, e por um simples motivo: a juventude eterna. Isso fez com que a preocupação com a aparência se tornasse extrema, o que desencadeou e ainda desencadeia cada vez mais pessoas insatisfeitas consigo mesmas, aumentando significativamente a procura por tratamentos estéticos e sua evolução em protocolos, cosméticos e aparelhos. (TESSER, SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

A área da estética tem despertado interesse até mesmo em outros setores de saúde, o que gera automaticamente novas vertentes, a partir da migração para outras profissões como, biomedicina, odontologia e fisioterapia. (TESSER, SOUSA; NASCIMENTO, 2018)

Tratamentos faciais, corporais, cabelos e unhas, e entre outras áreas tornam este ramo ainda mais abrangente, que são disponibilizados em clínicas estéticas ou SPAs, e independente de qual delas forem, a responsabilidade profissional é alcançar a expectativa, satisfação, e sempre ter o comprometimento com a saúde e o bem-estar do cliente (TESSER, DALLEGRAVE, 2020)

Entre outros tratamentos, está incluso nesta área da estética as Práticas Integrativas e Complementares (PICs), que são terapias voltadas à saúde, onde busca o equilíbrio do ser entre mente, corpo e espírito, por meios naturais. Essas práticas beneficiam e reduzem o uso de medicamentos que possuem a função de melhorar a qualidade de vida. Desta forma, as PICs são métodos que trarão os mesmos benefícios que até mesmo um medicamento pode trazer, só que de forma natural e holístico. (TESSER, DALLEGRAVE, 2020)

O foco de quem trabalha com essa área (PICs), é promover a saúde, fazendo uso de produtos, técnicas e equipamentos que ajudam a restabelecer o equilíbrio emocional, físico e mental. A OMS (Organização Mundial da Saúde, designa tudo isso como um amplo conjunto de práticas de cuidado, saberes e produtos de uso terapêutico que não pertencem à medicina convencional ou alopática (TESSER, DALLEGRAVE, 2020)

Foi em 2006 que o Ministério da saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que busca apoiar, tornar conhecida e implantar tais práticas de tratamentos em saúde. Atualmente, o SUS oferece gratuitamente 29 procedimentos de PICs à população, sendo elas: apiterapia com produtos derivados de abelhas, arteterapia, ayurveda de origem indiana, aromaterapia, constelação familiar (método psicoterapêutico), cromoterapia, dança circular, geoterapia, hipnoterapia,

homeopatia, médicos antroposóficos, MTC (acupuntura, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, reflexoterapia, reiki e yoga). (TESSER; DALLEGRAVE, 2020)

Com todas essas possibilidades de tratamentos, se tornou possível cuidar da saúde maneiras naturais e acessíveis, evitando em muitos casos, medicamentos alopáticos que acabam por debilitar seus usuários. A união das PICs com tratamentos estéticos possui a finalidade de amenizar a disfunção relatada pelo paciente, uma vez que também melhora o seu bem-estar. (PINHAL; BORGES; 2019)

O fato de que as práticas não necessitam de recursos tecnológicos mais sofisticados, pode oferecer menos riscos de efeitos colaterais quando comparado ao tratamento convencional, e necessitam de menos recursos financeiros, o que possibilita uma assistência à saúde menos onerosa e com a qualidade que o paciente necessita e merece. Além disso, pode proporcionar resultados satisfatórios, mais sabedoria sobre as funções com finalidades estéticas, tratamentos que são utilizados, conclusões alcançadas, e além de observar o número de estudos sobre tal assunto (PINHAL; BORGES, 2019)

Com os resultados a vista, muitas clínicas e SPAs poderão despertar mais interesse ou não em acrescentar as PICs em seus protocolos de tratamento, beneficiando a todos (sociedade) com essa nova vertente em saúde, agregando e complementando os tratamentos (PINHAL; BORGES, 2019)

Para Lima e Coelho, nos últimos anos, a ideia de que a saúde é a ausência de doenças, vem caindo por terra, haja vista que, hoje, entende-se que a saúde é como o funcionamento adequado do organismo, como um todo (saúde física e mental). Sobre essa perspectiva, as práticas estéticas podem contribuir para a saúde do ser humano e, por conseguinte, para o bem-estar e qualidade de vida. (TESSER; DALLEGRAVE, 2020)

Com essa visão, Goetz e Camargo (2014, p. 200), acrescentam que hoje a saúde deve ser compreendida como “qualidade de vida resultante de um processo complexo determinado por diversos fatores, como: alimentação, ecossistema, renda, educação, justiça social e entre outros”. (TESSER; DALLEGRAVE, 2020)

A OMS defende que a qualidade de vida de cada um está ligada à percepção de felicidade e satisfação geral do indivíduo com sua vida, ou seja, é uma noção subjetiva de satisfação com a vida, consigo mesmo e não apenas de fator biológico. Carvalho e Figueiredo (2020) explicam que à médica que os tratamentos estéticos estão interligados ao bem-estar e ao fortalecimento da autoestima, nota-se que há uma melhora significativa na qualidade de vida e na saúde dos indivíduos que exercem ele. (TESSER; DALLEGRAVE, 2020)

Como ainda não existem evidências suficientes que possam comprovar o tratamento isolado com a acupuntura nos tratamentos associados à SOP, é necessário a realização de ainda mais estudos clínicos. No entanto, a estimulação do músculo por meio elétrico já é sugerida como tratamento complementar às disfunções endócrinas e reprodutivas destas mulheres. (TESSER; DALLEGRAVE, 2020)

CONCLUSÃO

Os hábitos e cuidados com a pele sempre foram fatores importantes e podem ser preservados desde a infância e adolescência, focando principalmente na face e nas mãos, que são locais de maior exposição e desprotegidos de agentes externos. Mas, o que não se pode evitar até o dia de hoje é o aparecimento das temidas acnes, que são ocasionadas pelo acúmulo de bactérias, sebo e células mortas, que consequentemente obstruem os poros, causando lesões inflamatórias na pele (BORGES; 2020).

Além do rosto, outras regiões podem ser afetadas pela acne, como as costas e o peito. Dentro do estudo, pudemos diferenciar cada tipo de acne como, Acne Grau 1, Grau 2, Grau 3 e Grau 4. O tipo 1 é formado por comedões e poros que possuem a aparência mais aberta, diferente do grau 2 onde apresenta algumas pústulas. O Grau 3 acontece quando além de comedões e pústulas, o paciente sofre com lesões maiores, profundas e totalmente inflamadas. E por fim, o grau 4 apresenta todas as lesões citadas e ainda cicatrizes irregulares capazes de deformar a atear afetada (acne conglobata) (BORGES, 2020).

Em casos de acne grau I e II, é recomendável o tratamento com um profissional esteticista que guiará os devidos cuidados através da limpeza de pele juntamente com a extração dos comedões e pústulas, removendo o acúmulo de impurezas, células mortas, oleosidade excessiva e radicais livres. O tratamento da acne grau II e III é feito com médico dermatologista pois se trata de algo mais profundo do que um esteticista pode tratar (BORGES, 2020).

O procedimento feito com o esteticista torna-se importante para prevenir futuros problemas, mas também pode ser contraindicada em casos de: pele sensível, inflamada, com descamação, bronzeada, as que facilmente desenvolvem alergias, e entre outras como rosácea e acne inflamatória. Com infinitas formas de tratar a acne e outras insatisfações com a pele, os tratamentos faciais e até mesmo corporais tornaram o ramo da estética muito mais abrangentes do que comparado a anos atrás. E junto com esse crescimento no ramo profissional, está incluso as Práticas Integrativas e Complementares, que são terapias voltadas à saúde, onde busca o equilíbrio da mente, corpo e espírito através de meios naturais, e essas práticas têm como foco promover a saúde fazendo uso de produtos e técnicas que ajudam a reestabelecer esse equilíbrio. (TESSER, PINHAL, DALLEGRAVE, 2019 e 2020).

Devido a sua aprovação pelo Ministério da saúde em 2006, as Práticas Integrativas e Complementares atualmente possuem 29 procedimentos que são oferecidos pelo SUS, e entre elas está o reiki, yoga, homeopatia, MTC, cromoterapia, meditação e entre outros que formam a infinidade de oportunidade que um indivíduo pode ser beneficiado de forma gratuita, acessível e humanizada, buscando a melhora do bem-estar físico e mental, evitando até mesmo uso de medicamentos alopáticos. A união das PICS com

tratamentos estéticos possui a intenção de amenizar a disfunção mencionada pelo paciente através da ficha de anamnese e tratar o paciente de dentro para fora, com a intenção de melhorar primeiramente aquilo que está causando todos esses processos inflamatórios que é o exemplo da acne. (TESSER, PINHAL, DALLEGRAVE, 2019 e 2020).

Com ótimos resultados comprovados, muitas clínicas e SPAs poderão fazer uso da associação da estética com as Práticas Integrativas, buscando beneficiar todos os seus clientes com essa nova vertente em saúde, agregando ainda mais em seus protocolos de tratamentos (PINHAL, BORGES, 2019).

Hoje, entende-se que, a saúde é o funcionamento adequado do organismo como um todo (físico e mental), e sobre essa perspectiva, pôde-se contribuir para a saúde do ser-humano e por conseguinte, a qualidade de vida, que segundo a OMS, isso está ligado principalmente à percepção de satisfação e felicidade do indivíduo com a vida. Carvalho e Figueiredo (2020) ressaltam que os tratamentos estéticos estão inter-relacionados no fortalecimento da autoestima. (TESSER, DALLEGRAVE, 2020).

Sendo assim, podemos considerar que a estética associada às práticas integrativas pode elevar ainda mais a qualidade de vida de um indivíduo, de forma que o profissional esteticista que exerce essa função associada, tem total conhecimento de que está lidando com disfunções além do que está palpável as nossas mãos, pois, por trás de todo problema, existe uma raiz do qual se deu início e ocasionou todo esse processo. (TESSER, DALLEGRAVE, 2020)

REFERÊNCIAS

SOUZA, Alessandra Marques Cardoso; FERREIRA, Luciana de Lara Pontes; DA ROCHA SOBRINHO, Hermínio Maurício, 2020. Os benefícios da limpeza de pele no tratamento coadjuvante da acne vulgar. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Herminio-Sobrinho-2/publication/347927396_Os_beneficios_da_limpeza_de_pele_no_tratamento_coadjuvante_da_acne_vulgar_The_benefits_of_skin_cleansing_in_the_adjunctive_treatment_of_acne_vulgaris/links/5fe782e245851553a0f5aeb8/Os-beneficios-da-limpeza-de-pele-no-tratamento-coadjuvante-da-acne-vulgar-The-benefits-of-skin-cleansing-in-the-adjunctive-treatment-of-acne-vulgaris.pdf] Acesso em: 30/08/2023

SILVA, Maria Cleonice de Jesus, 2020. Os benefícios da limpeza de pele e remoção de comedões no tratamento da acne vulgar. Disponível em: [<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/107>] Acesso em 30/08/2023

DE OLIVEIRA, Aline Zulte; TORQUETTI, Camila Barbosa; DO NASCIMENTO, Laís Paula Ricardo, 2020. O tratamento da acne associado à limpeza de pele. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=O+TRATAMENTO+DA+ACNE+ASSOCIADO+%C3%80+LIMPEZA+DE+PELE&btnG=] Acesso em: 30/08/2023

ALVES, Mariana Luiza Schreiner et al. 2022. Síndrome de ovários policísticos (SOP), fisiopatologia e tratamento, uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, p. e25111932469-e25111932469. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=S%C3%ADndrome+de+ov%C3%A1rios+polic%C3%ADsticos+%28SOP%29%2C+fisiopatologia+e+tratamento%2C+uma+revis%C3%A3o&btnG=] Acesso em: 30/08/2023

DO NASCIMENTO ALBUQUERQUE, Franciely Nayara et al. 2022. Uso de plantas medicinais no tratamento da Síndrome do Ovário Policístico (SOP): Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 13, p. e495111335916-e495111335916. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=Uso+de+plantas+medicinais+no+tratamento+da+S%C3%ADndrome+do+Ov%C3%A1rio+Polic%C3%ADstico+%28SOP%29%3A++Uma+revis%C3%A3o+integrativa&btnG=] Acesso em: 30/08/2023

DE MACÊDO MACÁRIO, Ana Carolina; DOS SANTOS, Milena Maia Dantas; CAVALCANTI, Rafaella de Andrade Silva, 2021. Estudo populacional do uso de práticas integrativas e complementares para o alívio da sintomatologia associada à síndrome pré-menstrual. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 92, p. 136-146. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=ESTUDO+POPULACIONAL+DO+USO+DE+PR%C3%81TICAS+INTEGRATIVAS+E+COMPLEMENTARES++PARA+O+AL%28V%29+DA+SINTOMATOLOGIA+ASSOCIADA+%C3%80+S%C3%8DNDROME+PR%C3%89-MENSTRUAL&btnG=] Acesso em: 30/08/2023

SANTOS, Rayane Medeiros; ÁLVARES, Alice da Cunha Morales, 2018. Revisão de literatura sobre a síndrome do ovário policístico. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 1, n. Esp 2, p. 261-265. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=REVIS%C3%83O+DE+LITERATURA+SOBRE+A+S%C3%8DNDROME+DO+OV%C3%81RIO+POLIC%C3%8DSTICO&btnG=#d=gs_cit&t=1693420005411&u=%2Fscholar%3Fq%3Dinfo%3A32Ci3IGn3dwJ%3Ascholar.google.com%2F%26output%3Dcite%26scirp%3D0%26hl%3Dpt-BR] Acesso em: 30/08/2023

DA SILVA GAVA, Aline Bilésimo, 2023. A IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE DE VIDA NO CONTROLE DA SOP. **Inova Saúde**, v. 13, n. 1, p. 60-68. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=A+IMPORT%C3%82NCIA+DA+QUALIDADE+DE+VIDA+NO+CONTROLE+DA+SOP&btnG=#d=gs_cit&t=1693420100945&u=%2Fscholar%3Fq%3Dinfo%3AIPPh0BuxIcJ

%3Ascholar.google.com%2F%26output%3Dcite%26scirp%3D0%26hl%3Dpt-BR] Acesso em: 30/08/2023

PEREIRA, Maria Eduarda Moraes et al, 2023. O uso de vitamina d no tratamento da síndrome do ovário policístico-SOP: uma revisão integrativa. Disponível em: [http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/riufcg/29031/MARIA%20EDUARDA%20MORAES%20PEREIRA%20-%20TCC%20BACHARELADO%20EM%20NUTRI%20C%27%20C%23%20O%20CES%202023.pdf?sequence=1&isAllowed=y] Acesso em: 30/08/2023

TESSER, Charles Dalcanale; SOUSA, Islandia Maria Carvalho de; NASCIMENTO, Marilene Cabral do. 2018. Práticas integrativas e complementares na atenção primária à saúde brasileira. **Saúde em debate**, v. 42, p. 174-188. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/sdeb/a/SY9PZWpk4h9tmQkymtvV87S/?lang=pt#] Acesso em: 30/08/2023

GONTIJO, Mouzer Barbosa Alves; NUNES, Maria de Fátima, 2017. Práticas integrativas e complementares: conhecimento e credibilidade de profissionais do serviço público de saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 15, p. 301-320. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/tes/a/zq6d5V4fFXMVz7n9qsScffG/?lang=pt]

DALMOLIN, Indiara Sartori; HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schülter Buss; FREITAG, Vera Lucia, 2019. Práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: desvelando potências e limites. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 53. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/reeusp/a/4KL44rcCykZzxdPPDZmfQZg/?format=html&lang=pt] Acesso em: 30/08/2023

MELLO, Carla Mineia Sampayo, 2023. A importância da aromaterapia para as práticas estéticas atuais. Disponível em: [https://repositorio.ucs.br/xmlui/bitstream/handle/11338/12539/Artigo%20Carla%20Mineia%20Sampayo%20Mello.pdf?sequence=1] Acesso em: 30/08/2023

ALANO, Larine Nandi; BITTENCOURT, Mônica Rinaldi, 2020. Práticas integrativas e complementares na estética: uma revisão integrativa. **Tecnologia em Cosmetologia e Estética-Tubarão**. Disponível em: [https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/7840/5/PR%20C%27%20TICAS%20INTEGRATIVAS%20E%20COMPLEMENTARES%20NA%20EST%20C%27%20TICA%20UMA%20REVIS%20C%23%20O%20INTEGRATIVA.pdf] Acesso em: 30/08/2023

MERCALI, Gabriele Domeneghini, 2023. O saber-fazer dos profissionais das práticas integrativas e complementares à luz da teoria estética. Disponível em: [https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/256812/001165965.pdf?sequence=1] Acesso em: 30/08/2023