



INFLUÊNCIA DOS CUIDADOS ESTÉTICOS NA AUTOESTIMA EM IDOSAS ACOMETIDAS DE TRANSTORNO DEPRESSIVO.

Jéssica Gabriele da Silva¹, Lucimar Filot da Silva Brum², Carlos Alberto Sampaio Martins Barros³

¹Docente do Curso Superior em Estética e Cosmética, ULBRA; ² Docente do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, ULBRA. ³ Docente do Curso de Medicina, ULBRA.

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento populacional no Brasil tem aumentado a frequência de baixa autoestima e doenças psiquiátricas, entre as quais, a depressão, que é a desordem mais comum nesse segmento etário (SADOCK E SADOCK, 2010). Sabe-se que uma pele envelhecida pode não encurtar a vida, mas certamente afeta a qualidade desta vida, devido ao impacto psicológico do envelhecimento cutâneo. Nesse contexto, o surgimento de sinais de envelhecimento cutâneo pode, em muitos casos, desencadear alteração da autoimagem, da autoestima e induzir quadro depressivo (BECKER JÚNIOR et al., 2008).

De forma geral, a maioria dos estudos avalia a associação entre o envelhecimento e o surgimento de doenças degenerativas (ex. câncer, etc) e é escasso o interesse de estudos relacionados ao impacto das alterações da pele com o avanço da idade, em especial nas mulheres (MENEZES, LOPES E AZEVEDO, 2009). Considerando que a terceira idade caracteriza-se como um período de fragilidade, com propensão à depressão e sabendo que a baixa autoestima influi nesse processo, o presente estudo objetivou averiguar a influência dos cuidados estéticos na melhoria da autoestima de idosas acometidas de transtorno depressivo.

OBJETIVO

Avaliar, através de abordagem qualitativa, o impacto dos cuidados estéticos nos sintomas de baixa autoestima, e na melhora da qualidade de vida e do quadro depressivo em idosas acometidas de transtorno depressivo.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo qualitativo e descritivo, realizado com cinco idosas com diagnóstico de depressão (Quadro 1) atendidas no Centro de Atenção Psicossocial de Campo Bom, RS. O local de desenvolvimento deste estudo foi no Laboratório de Estética e Cosmética do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), Canoas RS. Foram realizadas 10 oficinas de cuidados estéticos (estética facial, estética corporal, visagismo e maquiagem), sendo uma oficina por semana, no período de agosto a outubro de 2011. Para avaliar o impacto dos cuidados estéticos na autoestima aplicou-se o questionário adaptado a partir da Escala de Autoestima de Rosenberg (Quadro 2) antes, do início das oficinas (Tempo 1 – T1), após o término das 10 oficinas (Tempo 2 – T2) e reaplicado após três semanas (Tempo 3 – T3) para verificar os resultados em longo prazo. Durante a coleta de dados, as idosas liam as frases em um cartão dado em suas mãos ou, se preferissem, as frases eram lidas pela entrevistadora. Para cada frase foram orientadas a posicionarem-se aferindo uma nota onde a nota 1 (péssimo), 2 (ruim), 3 (razoável), 4 (bom) e 5 (excelente).

Quadro 2: Questionário adaptado da Escala de Autoestima de Rosenberg.

1. Você acha que tem uma boa autoestima? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
2. Você está satisfeita consigo mesma? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
3. Você acha que tem mais qualidades do que defeitos? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
4. Você se sente útil? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
5. Você tem orgulho de si mesma? () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
6. Se você fosse atribuir um valor para si, sobre como você se vê, qual seria? Quanto maior o número, maior o valor: () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
7. Se você fosse atribuir um valor para como você acha que as pessoas te vêem, qual seria? Quanto maior o número, maior o valor: () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
8. Qual a percepção que você tem de si, com relação à sua idade e aparência?
9. Se você pudesse mudar algo em você, o que mudaria?

Quadro 2. Idade, diagnóstico, causas e sintomas das cinco idosas atendidas no Centro de Atenção Psicossocial de Campo Bom,

Voluntária/ Idade	Diagnóstico ^a	CID 10 ^b	Causas e sintomas
1 60 anos	Episódio depressivo leve	F 32.0	Luto mal elaborado; Tristeza Autoestima reduzida
2 62 anos	Episódio depressivo leve	F 32.0	Filho dependente químico Melancolia; Desvalia Baixa autoestima e falta de cuidados pessoais
3 62 anos	Episódio depressivo leve	F 32.0	Falta de libido Filho dependente de múltiplas drogas e bipolar Problemas estruturais da composição familiar Autoestima reduzida Problemas com cônjuge
4 63 anos	Transtorno depressivo recorrente	F 33.1	Ideação suicida (eventual) Momentos de tristeza Choro fácil; Sono interrompido Baixa autoestima
5 65 anos	Episódio depressivo grave sem sintomas psicóticos	F 32.2	Agitação psicomotora Políexosia; Desvalia Com dificuldade de aprendizagem Problemas com cônjuge

RESULTADOS

Os resultados demonstraram que todas as idosas apresentaram melhoria na autoestima e qualidade de vida (FIGURA 1):

- Voluntária 1 (Figura 1A) apresentava um escore inicial de 1.6 (T1) e após, respectivamente, escore de 4.4 e 4.2 em T2 e T3 correspondendo a um aumento de 162%;

- Voluntária 2 (Figura 1B) apresentava um escore inicial de 1.9 (T1) e após, respectivamente, escore de 3.7 e 3.7 em T2 e T3 (aumento de 95%);

- Voluntária 3 (Figura 1C) apresentava um escore inicial de 3.0 (T1) e após, respectivamente, escore de 4.6 e 4.7 em T2 e T3 (aumento de 57%);

- Voluntária 4 (Figura 1D) apresentava um escore inicial de 3.0 (T1) e após, respectivamente, escore de 4.0 e 4.0 em T2 e T3 (aumento de 37%);

- Voluntária 5 (Figura 1E) apresentava um escore inicial de 3.2 (T1) e após, respectivamente, escore de 4.2 e 4.3 em T2 e T3 (aumento de 44%).

A Figura 1F apresenta a média dos escores da amostra (cinco voluntárias) onde o escore médio inicial era de 2.5(T1) e escores de 4.2(T2) e 4.3(T3) correspondendo a um aumento de 58%.

CONCLUSÕES

Concluiu-se que os cuidados estéticos têm influência positiva sobre os sintomas de baixa autoestima, e sugere-se que os mesmos tenham influenciado na melhora do prognóstico da depressão. Nesse contexto, o presente estudo demonstra que intervenções multiprofissionais desencadeiam benefícios emocionais e melhoria da qualidade de vida do idoso, o que corrobora com o papel social do Tecnólogo em Estética e Cosmética junto a comunidade, em especial nos pacientes idosos.

REFERÊNCIAS

- BECKER JÚNIOR, B. et al. Uma comparação dos níveis de depressão entre idosos de acordo com o gênero e a prática da atividade física. In: TEIXEIRA; A. R. **ULBRA Terceira Idade – Envelhecimento no Terceiro Milênio**. Porto Alegre: Nova Prova, 2008.
- MENEZES, T. M. O.; LOPES, R. L. M.; AZEVEDO, R. F. A pessoa idosa e o corpo: uma transformação inevitável. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, n.3, p.598-604, 2009.
- SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A. **Compêndio de psiquiatria: ciências do comportamento e psiquiatria clínica**. 9 ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

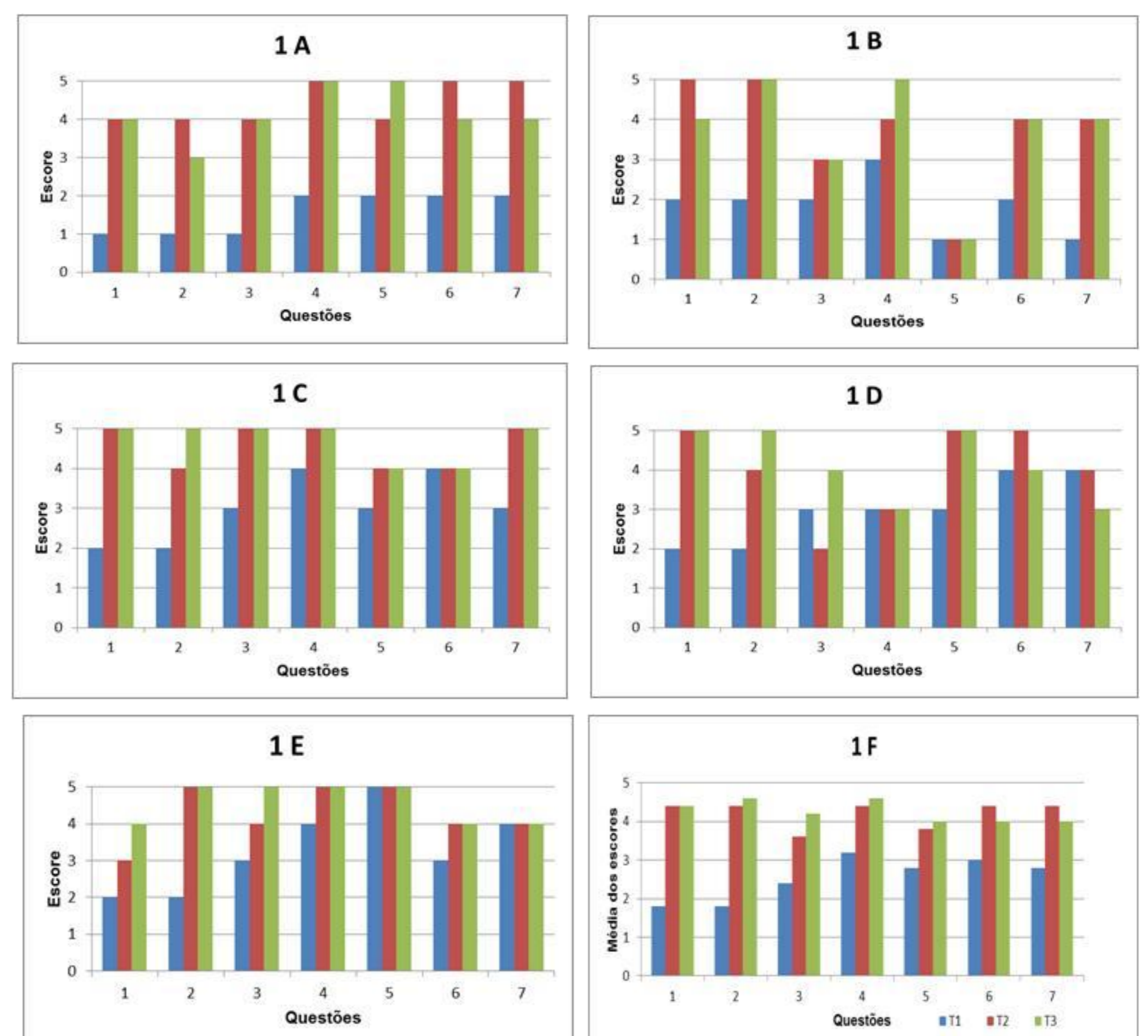


Figura 1. Escores das questões 1 a 7 para as cinco voluntárias obtidos antes (T1), imediatamente após (T2) e três semanas após o término (T3) das 10 sessões de cuidados estéticos. 1A (voluntária 1); 1B (voluntária 2); 1C (voluntária 3); 1D (voluntária 4) e 1E (voluntária 5). A Figura 1F representa os escores médios da amostra total.