



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

A IMPORTANCIA DA ESTÉTICA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: COMPARTILHANDO CONHECIMENTOS ATRAVÉS DE PRÁTICAS E EDUCAÇÃO DO GRUPO DE ESTUDO EM ESTÉTICA.

Roseni Alves Borges, Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro –
(Roseni.borges@aluno.unifametro.edu.br)

Carlíane da Silva Sousa, Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro –
(Carlíane.sousa@aluno.unifametro.edu.br)

Thamires M. Carvalho, Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro –
(Thamires.carvalho@aluno.unifametro.edu.br)

Nathalia Pereira de Castro, Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro –
(Nathalia.castro@aluno.unifametro.edu.br)

Gabrielle Ma. Da Silva Oliveira, Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro
(Gabrielle.oliveira@aluno.unifametro.edu.br)

Márcia Maria Gonçalves Felinto Chaves, Docente- Centro Universitário Fametro – Unifametro –
(marcia.chaves@professor.unifametro.edu.br)

Área Temática: Processo de Cuidar

Encontro Científico: VIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

Introdução: A Estética e Cosmética é uma área em constante crescimento e amplo espaço de atuação, abrangendo públicos de gêneros e idades variadas. O Núcleo de Estudo e Pesquisa em Estética (NEPE) foi criado pela coordenação do curso de Estética e Cosmética da UNIFAMETRO com o objetivo de incentivar e aprofundar o conhecimento científico dos discentes sobre temas específicos com espaço de atuação na estética. O envelhecimento é um processo natural, que ocorre de forma lenta, progressiva e irreversível, influenciado por diversos fatores, sendo eles intrínsecos e extrínsecos. As alterações visíveis na pele dos indivíduos na terceira idade são provenientes do próprio processo de envelhecimento cutâneo, bem como consequência de fatores hereditários, fatores ambientais, resposta ao envelhecimento de outros órgãos ou, ainda, efeitos sistêmicos ou doenças da própria pele. Dentre as principais alterações visíveis na pele de indivíduos da terceira idade, as rugas se destacam, sendo motivo de insegurança e incomodo, principalmente em mulheres. O fotoenvelhecimento é o principal responsável pelo envelhecimento cutâneo e é decorrente do efeito da radiação do sol (UVA,



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

UVB e UVC). **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi relatar a experiência do grupo de pesquisa-NEPE. **Métodos:** O Núcleo de Estudo e Pesquisa em Estética consiste em um grupo de estudo científico formado por alunos do curso de Estética e Cosmética da UNIFAMETRO, com o objetivo de aprofundar seus conhecimentos relacionados ao envelhecimento cutâneo na terceira idade, tendo como objeto de estudo idosas a partir dos 60 anos de idade. Além dos encontros em sala de aula, foram realizadas ações práticas em laboratório, onde foi possível exercer todos os conhecimentos adquiridos ao decorrer do semestre. **Resultados:** A constante busca por se mostrar útil e ter reconhecimento, são tentativas de fugir da baixa autoestima que paira sobre os indivíduos nesta faixa etária, pois é de senso comum que idosos têm pouca capacidade e atratividade. O trabalho com grupos gerontológicos é uma prática essencial e influencia diretamente no bem-estar dos idosos envolvidos, pois além de aumentar a autoestima, estimula a confiança e melhora diretamente sua qualidade de vida. Entre as principais formas de prevenir o envelhecimento, está a proteção diária contra raios solares, alimentação e hábitos saudáveis, cosméticos e cosmeceúticos, além de diversos procedimentos estéticos, como a fototerapia. O exercício físico na terceira idade pode trazer benefícios tanto físicos, como sociais e psicológicos, contribuindo para um estilo de vida mais saudável dos indivíduos que a praticam, além da falta de controle sobre a ingestão de água, sendo, muitas vezes, abaixo do ideal. Durante as práticas, foi possível observar na grande maioria das idosas, peles desvitalizadas e ressecadas, devido à diminuição do manto lipídico natural em consequência do envelhecimento. Outro fato bastante evidenciado durante as práticas, foi à falta de conhecimento por parte das idosas relacionado aos cuidados básicos que se deve ter com a pele, desde a área facial, como corporal, contribuindo para maiores consequências no processo de envelhecimento. Pode-se observar, também, a ausência de dietas balanceadas, além da falta de controle sobre a ingestão de água, sendo, muitas vezes, abaixo do ideal. Ao longo das ações, foi possível observar melhora na textura da pele, provenientes da nutrição e hidratação local, proporcionada por dermocosméticos e técnicas de massagem; aumento do conhecimento das mesmas sobre os cuidados básicos que devem seguir, graças ao acesso às informações proporcionadas em forma de informativos e explicações de fácil entendimento e, principalmente, melhora na autoestima das envolvidas. **Conclusão/ Considerações finais:** O impacto positivo do grupo de estudo é indiscutível, tanto para as idosas envolvidas como, principalmente, para os acadêmicos, pois puderam aprofundar seus conhecimentos científicos e técnicos sobre o processo de envelhecimento, estando preparados para os desafios que possam enfrentar em seu desenvolvimento profissional referentes a esse público. Por



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

fim, podemos concluir que, a Estética e Cosmética está diretamente ligada ao bem-estar e a qualidade de vida, principalmente na terceira idade, sendo indispensável sua inclusão aos hábitos do público em geral, devendo ser tratada não apenas como algo relacionado à aparência, mas principalmente, a saúde individual de cada cidadão. **Referências:** ZIMERMAN GI. Velhice: **aspectos biopsicossociais**. Editora: ArtMed.; Porto Alegre 2007. ARAÚJO, L, Sá, E.C.N.,& Amaral,E.B. **Corpo e velhice:** um estudo das representações sociais entre homens idosos. Brasília (DF): Psicologia Ciência e Profissão,31(3), 468-481,2011. AUGUSTO, A. B.; et Al. **curso didático de estética**, 1. São Caetano do Sul, SP: Yendis Editora, 2008.

Palavras-chave: Estética, Envelhecimento, Terceira idade.