



UNILEÃO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

AYLLANE MIRELLI ROCHA MAURÍCIO

**A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES ESTÉTICOS CONTEMPORÂNEOS DE BELEZA  
NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA**

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2023

AYLLANE MIRELLI ROCHA MAURÍCIO

**A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES ESTÉTICOS CONTEMPORÂNEOS DE BELEZA  
NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

**Orientador:** Me. Larrisa Maria Linard Ramalho

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2023

AYLLANE MIRELLI ROCHA MAURÍCIO

**A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES ESTÉTICOS CONTEMPORÂNEOS DE BELEZA  
NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 27/06/2023

**BANCA EXAMINADORA**

Orientador: ME. LARRISA MARIA LINARD RAMALHO

Membro: Prof. ME. JOEL LIMA JUNIOR

Membro: Profa. Esp. NADYA RAVELLA SIEBRA DE BRITO SARAIVA

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2023

# A INFLUÊNCIA DOS PADRÕES ESTÉTICOS CONTEMPORÂNEOS DE BELEZA NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Ayllane Mirelli Rocha Maurício<sup>1</sup>  
Larissa Maria Linard Ramalho<sup>2</sup>

## RESUMO

O crescimento populacional de pessoas na terceira idade é expressivo nos últimos anos no Brasil e no mundo, envelhecer é um processo natural e inevitável no processo de desenvolvimento humano, que ocorre com decorrer dos anos. Foi realizado uma revisão bibliográfica, descritiva e de natureza qualitativa dos estudos sobre o processo de envelhecimento, os objetivos foram analisar a relação entre os padrões estéticos de beleza e a saúde mental da pessoa idosa, nos aspectos biopsicossociais, compreendendo a autoimagem e o envelhecimento e como reverbera no autocuidado, bem-estar e na qualidade de vida nesta fase do desenvolvimento humano. A relevância de um envelhecimento ativo e bem-sucedido é primordial para alcançar a longevidade, logo é perceptível que estamos vivendo mais. Os procedimentos estéticos têm a finalidade de alcançar satisfação pessoal e interpessoal. Podendo destacar a idade subjetiva e cronológica, sendo diferente e única para cada pessoa, com as influências sociais e culturais a percepção da sociedade interfere como é vivenciado essa fase, vale ressaltar que a autoimagem, a autoestima, a autonomia e independência são de grande importância para um envelhecimento saudável. Ao longo do tempo a percepção sobre o idoso e a estética vem se modificando, um novo olhar, onde o autocuidado e o autoamor é alcançar a saúde física e cognitiva, e a estética também tem proporcionado esse resultado.

**Palavras-chave:** Idoso. Estética. Saúde Mental. Autoimagem. Qualidade de vida.

## ABSTRACT

The population growth of people in old age is expressive in recent years in Brazil and in the world, aging is a natural and inevitable process in the process of human development, which occurs over the years. A bibliographical, descriptive and qualitative review of the studies on the aging process was carried out, the objectives were to analyze the relationship between the aesthetic standards of beauty and the mental health of the elderly, in the biopsychosocial aspects, including self-image and aging and how it reverberates in self-care, well-being and quality of life at this stage of human development. The relevance of an active and successful aging is paramount to achieve longevity, so it is noticeable that we are living longer. Aesthetic procedures are intended to achieve personal and interpersonal satisfaction. Being able to highlight the subjective and chronological age, being different and unique for each person, with social and cultural influences, the perception of society interferes with how this phase is experienced, it is worth mentioning that self-image, self-esteem, autonomy and independence are of great importance for healthy aging. Over time, the perception of the elderly and aesthetics has been changing, a new look, where self-care and self-love is to achieve physical and cognitive health, and aesthetics has also provided this result.

**Keywords:** Elderly. Aesthetics. Mental health. Self image. Quality of life.

---

<sup>1</sup>Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: rochayllanne@gmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: larissaramalho@leaosampaio.edu.br

## 1. INTRODUÇÃO

É sabido que o aumento da população idosa cresce no Brasil e no mundo, cerca de 31,2 milhões de brasileiros idosos em 2021. O número expressivo de pessoas na terceira idade decorre da expectativa de vida que cresceu consideravelmente em virtude da melhoria na qualidade de vida das pessoas, da redução no número de filhos por genitora e dos grandes avanços na medicina e na tecnologia, logo a população do Brasil está envelhecendo, consequentemente, vivendo mais. (IBGE, 2021).

O processo de envelhecimento humano é permeada por sucessões de declínios biopsicossociais, visto, no entanto, que ainda é um momento de ganhos e muita aprendizagem, a estética tem sido um mercado que vem em constante crescimento, pois a aparência corporal tem sido alvo de muitas exigências da sociedade, acarretando a não aceitação do corpo velho, levando cada vez mais, a busca por procedimentos estéticos que resulte satisfação física, emocional e social. (MELLO; SCORTEGAGNA; PICHLER, 2020).

Envelhecer é um processo natural que resulta em transformações nos aspectos cognitivo, social e físico, que visa um olhar distinto, pois é inerente a cada sujeito, mas que para muitos é vivenciada como desafiadora, difícil, desconfortável e sofrível com a perda do corpo produtivo e jovial mediante as mudanças físicas tão almejada na sociedade contemporânea. Os procedimentos estéticos ganham força, na busca pelo uso de cosméticos e intervenções cirúrgicas para retardar esse processo de envelhecimento, com promessas de resultados de uma beleza ideal socialmente estabelecida. (MELLO; SCORTEGAGNA; PICHLER, 2020).

Com os preconceitos e estereótipos sobre a pessoa idosa, os ideias de beleza impostos pela cultura têm gerado insegurança e medo ao adentrar nesta fase, visto que as mídias sociais tem muita influência reafirmando a valorização da juventude e desvalorizando a velhice. Os idosos vivenciam a negação da velhice, buscando cada vez mais, formas de adiar essa fase, com a pressão exercida pela sociedade as pessoas estão em um alto índice de sofrimento mental ao se deparar na terceira idade. (MINÓ; MELO, 2021).

A presente pesquisa teve ênfase no idoso jovem, cronologicamente tem 65 a 74 anos de idade, logo os que mais buscam por desacelerar o processo de envelhecimento, por meio de recursos estéticos disponíveis na medicina contemporânea, pois são considerados os mais operantes, fascinados e enérgicos neste estágio do desenvolvimento.

A pergunta disparadora para essa investigação foi: qual a relação entre os padrões de beleza e a saúde mental da pessoa idosa?

Sendo relevante destacar que compreender o processo natural do envelhecimento, os sofrimentos psicológicos e a busca crescente por procedimentos estéticos nesta fase da vida é primordial para o profissional da Psicologia, bem como, que os estudantes de Psicologia tenham acesso, tanto a teoria quanto a prática no cuidar psicologicamente dessa população. Sendo primordial para a sociedade o acesso a Psicologia e Psicogerontologia nos equipamentos públicos para atuar com as demandas do envelhecimento, tanto a nível individual quanto familiar.

O objetivo geral desta pesquisa foi analisar a relação entre os padrões de beleza e a saúde mental da pessoa idosa. Compreender o processo de envelhecimento nos aspectos biopsicossociais, compreender a relação da autoimagem e o envelhecimento, descrever o processo de autocuidado, bem-estar e qualidade de vida na velhice.

## **2. METODOLOGIA**

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, que de acordo com Gil (1999) tem a finalidade de a partir da análise de materiais com embasamento teórico disponíveis em periódicos, livros, dissertações e teses já desenvolvidas e publicadas por pesquisadores, construir um novo material sobre um determinado fenômeno, através desses materiais disponíveis nas bases de dados online e livros. Se classifica como descritiva e com uma abordagem com dados qualitativos, ainda segundo Gil (1999, p.65) a pesquisa descritiva “tem como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou estabelecimento de relações entre variáveis de natureza qualitativa”.

Foi encontrado na pesquisa bibliográfica materiais sobre o processo de envelhecimento humano e as mudanças que ocorrem nesta fase, sendo ela um processo natural, permeada por conflitos internos, subjetivos e sociais. O padrão de beleza imposto pela sociedade foi um fator relevante nesta pesquisa, pois possibilitou compreender a construção do conceito de idoso na nossa sociedade e como reverbera na autoestima, no autoamor da pessoa que vivencia essa fase da velhice.

A Psicologia contribui de forma relevante nesse processo de envelhecimento e como a pessoa idosa percebe e vivencia essa fase frente a cobrança social de manter-se jovial. As mídias têm forte influência na busca para tardar o envelhecimento na atualidade, atraindo cada vez mais as pessoas idosas, visto que, as divulgações de jovialidade e as promessas de felicidade, esses sendo, resultados dos procedimentos estéticos de tardar o envelhecimento, proporcionado pela medicina, reforça o interesse em matem-se jovem na contemporaneidade.

Os critérios de inclusão foram os artigos em português publicados nas bases de dados online, Google Acadêmico, Pepsico e Scielo nos últimos cinco anos. Os descritores para essa pesquisa foram idosos, envelhecimento, velhice, envelhecimento primário e secundário, senescência, senilidade, estética, psicologia, sociedade, saúde mental, envelhecimento bem-sucedido, gerontologia, autocuidado, bem-estar, qualidade de vida, aspectos históricos e culturais do envelhecimento, além desses materiais, foram utilizados livros com os descritores supracitados.

### **3. ENVELHECIMENTO COMO PROCESSO**

O envelhecimento é um processo natural e inevitável, onde só termina com a morte, não existe um marcador biopsicossocial que define a entrada para esse processo, é mais percebido por fatores sociais, psicológicos e biológicos que ocorre no decorrer dos anos. O processo de envelhecimento está correlacionado com os aspectos sociais da cultura, biológico com os declínios físicos, onde ocorre o processo de senescência, cognitivo e a singularidade de cada sujeito que vivencia essa fase do desenvolvimento. (BARBOSA; FARIAS, 2019).

Para Maia (2022), todas as pessoas com o passar dos anos vivenciam o envelhecimento, não tem como pular essa fase do desenvolvimento, em razão de ser dinâmico, gradativo e inconvertível para todos; o envelhecimento é interpretado pelas pessoas como algo desagradável e ruim, levando os idosos a rejeitar a velhice e tendo o sentimento de autodesvalorização. Contudo, o envelhecimento da população tem sido um dos maiores desafios contemporâneos, fato evidente e incontestável no século XXI.

Maia (2022) ressalta que são mais pessoas na terceira idade do que crianças, quadro distinto de décadas anteriores, onde eram mais crianças e jovem. Salienta-se pela autora que o envelhecimento pode ocorrer de dois tipos: o primeiro sendo individual com ênfase na idade e

no físico, esse sendo decorrente do fenômeno multidimensional e multifatorial que engloba o social, físico, psicológico e o segundo coletivo, converte nas leituras demográficas e estatísticas do país, como aponta os dados estatísticos do crescimento da população idosa.

A velhice é a última fase do desenvolvimento humano, com características próprias, sendo uma construção social, mas não universal, que delimita papéis sociais ao idoso. No Ocidente a representação social da pessoa idosa é frágil, improdutiva e indesejável, associada a eventos negativos, em outras culturas como no Oriente o idoso é valorizado, o velho ou idoso por sua vez, é a pessoa que vivencia esse processo nessa etapa do desenvolvimento humano. (PAPALÉO NETTO, 2006).

Ratificando Jardim; Brito e Medeiros (2019), a velhice é percebida pelo corpo social apenas com ênfase nos declínios físicos, sendo uma visão negativa desta fase, visto que a pessoa na terceira idade percebe as perdas do processo de envelhecimento expressas no corpo, mas por outro lado, pode avaliar seu percurso e perceber a sabedoria e os ganhos nesse processo, uma visão positiva da velhice, mesmo ainda com os preconceitos atuais socialmente e culturalmente desenvolvidos.

O envelhecimento é uma das principais inquietações da humanidade desde muito tempo, mas foi no século XX que os estudos sobre a velhice se intensificaram. Com o crescente aumento dessa população no Brasil e no mundo, os estudos sobre o envelhecimento estão em ascensão, sendo discutidos amplamente no meio acadêmico e produções científicas, inclusive por psicólogos. Com as pessoas alcançando a longevidade foi necessário a criação de políticas públicas com ações que promova qualidade de vida e bem-estar aos idosos. (PAPALÉO NETTO, 2006).

De acordo com o IBGE (2023) existem mais de 33 milhões de idosos no Brasil, o país está envelhecendo e a população com mais qualidade de vida, quando comparado ao passado, com precariedade na saúde e famílias numerosas.

Dados da ONU (2023) ratificam que o crescimento populacional no mundo atingiram 8 bilhões de habitantes em 15 de Novembro de 2022, representando 13,9 %, sendo 1,1 bilhões de pessoas na terceira idade.

Para Barbosa e Farias (2019), estatísticas apontam que em 2050 a população brasileira atingirá o ranque de sexto país do mundo em números de idosos. Mas, ainda é um grande desafio para as políticas públicas, pois há desinformação sobre o cuidado na saúde e nas



particularidades desta fase do envelhecimento pelos profissionais e também pela sociedade, sendo um campo ainda pouco conhecido, mesmo tendo um avanço considerável nas últimas décadas.

Nesse contexto, afirma Barroso (2014) que as pessoas na velhice não está inserida somente no seio familiar, mas sim reconhecida pela legislação brasileira, com o Estatuto do idoso, sendo o indivíduo com 60 anos de idade ou mais, com direitos perante a Lei n. 8.842 de 4 de novembro de 1994. Com garantia na promoção, prevenção e reabilitação a saúde física e mental.

Berger (2013) distingue o envelhecimento humano em dois processos essenciais: o primário como sendo normal e universal, geneticamente definido para todas as pessoas, é multifatorial, com influências biopsicossociais, progressivo e dinâmico, no qual ocorrem mudanças significativas ao longo do tempo; e o secundário, resultado de fatores extrínsecos e sendo alteráveis, depende da cultura, do ambiente, de doenças, uso e abuso de drogas lícitas ou ilícitas e das condições socioeconômicas que o idoso está inserido, como por exemplo os hábitos alimentares, as escolhas do estilos de vida que vão acelerar ou reduzir esse processo.

Senescência ocorre no processo de envelhecimento primário, é progressivo, afetando todas as partes do corpo visíveis ou não, onde a pele fica mais fina e menos flexível, as rugas e os cabelos brancos aparecem, o batimento cardíaco, o sono, o sistema digestivo e imunológico diminui, há a diminuição também dos campos sensoriais, na visão, na audição, nos músculos, na coordenação motora, perda da memória, desorientação no tempo e no espaço. (BERGER, 2013).

A respeito da senilidade Souza; Silva e Lins (2020) defendem, que faz parte do processo de envelhecimento, onde o indivíduo é acometido por doenças nesta fase da vida, que exige cuidado e tratamento no decorrer de toda sua existência, logo é um processo que decorre do surgimento de enfermidade ou alguma restrição em algum momento da vida da pessoa idosa, como câncer, diabetes, depressão, entre outros.

Berger (2013) destaca três tipos de idosos, o primeiro ela destaca o menos idoso, com características de serem mais fortes e cheios de vigor, onde estão mais engajados na sociedade e na família, sendo os mais produtivos e ativos em alguma atividade, que pode ser tanto doméstica, quanto remunerada, bem como os que buscam por cosméticos e procedimentos

estéticos para tardar o envelhecimento secundário, visto que estão com mais força e energia física e mental nesta etapa.

O segundo são os idosos mais idosos, estes por sua vez, são que ficam no intermediário, sendo os que têm fortes declínios cognitivos, sociais e comportamentais, mas que em alguma dessas áreas supracitadas, ele tem vigor e energia. O terceiro grupo é o idoso muito idoso, que são os que necessitam de cuidados da família e do Estado, pois os mesmos não têm mais vitalidade para cuidar de si próprio, cronologicamente os que estão com mais de 85 anos de idade.

De acordo com Berger (2013) o envelhecimento pode ser ótimo, normal ou difícil, onde o indivíduo vivencia as mudanças físicas com louvor ou com dificuldade e sofrimento. Sendo assim, há uma adaptação positiva ou negativa desta fase do desenvolvimento, visto que, eles podem experimentar hábitos saudáveis como realizar exercícios físicos, alimentação saudável, bons relacionamentos sociais e familiares no decorrer da vida, minimizando as dificuldades negativas deste momento.

#### **4. IDOSO E AUTOIMAGEM**

A autoimagem ou percepção corporal é a compreensão que cada indivíduo tem sobre seu próprio corpo, como é reproduzido na sua mente e como se percebe e identifica, essa sendo construída por influências intrínsecas e extrínsecas ao sujeito, como ele estabelece e funciona, sendo a sua concepção psíquica. (SILVA; RODRIGUES, 2020).

Nesta direção, autoestima é como sentimos em relação a nós mesmo, reflete diretamente como é vivenciado a fase da velhice, pois remete a como o idoso lida com o processo de envelhecimento frente perdas expressivas no decorrer do tempo.

A autoestima, por sua vez, é a atitude e o sentimento que o indivíduo tem em relação a si próprio. Pode ser interpretada, também, como sendo um sentimento, apreço e a consideração que uma pessoa sente por si, o quanto ela gosta de si, como ela se vê e o que ela pensa sobre si mesma; abrange sentimentos diversos, como de competência e de valor pessoal, somando-se aos de auto-respeito e autoconfiança; e reflete, assim, na nossa capacidade de lidar com desafios da vida e influencia diferentemente a maneira como o idoso percebe evidencia o seu envelhecimento e sua corporalidade. (SILVA; RODRIGUÊS, 2020, p.4)

Para Silva e Rodrigues (2020) a percepção da própria imagem no indivíduo é de suma relevância na avaliação e juízo de si mesmo, conseqüentemente o seu contentamento com seu corpo e as mudanças que ocorrem com o processo de envelhecimento pode ou não ser satisfatório, bem como subjetivo e único para cada pessoa ao envelhecer.

Em concordância Silva, Silva e Pinheiro (2020) reafirmam que o indivíduo tem a percepção que a imagem de si está relacionada com a percepção do outro, logo a imagem corporal, a consciência de si e como a pessoa lida com ela é primordial para alcançar autoestima e ter satisfação e bem-estar com seu corpo ao longo da vida, tornando-se essencial na velhice para uma boa aceitação desta nova etapa.

A autoestima é significativa para o bem-estar do sujeito, visto no entanto que a autoestima do idoso é relativamente baixa, a dependência e os preconceitos acarretam uma autoestima negativa na velhice, abalando expressivamente a saúde mental dos idosos. Logo a autoestima também é resultado da percepção que a pessoa tem de se sentir ativa e operante em alguma atividade, bem como nos aspectos pessoais de autocuidado e financeiramente, caminho inverso á realidade no processo de envelhecimento, proporcionando assim em insatisfação ao vivenciar a velhice. (SILVA; SILVA; PINHEIRO, 2020).

A estética tem sido um mercado em constante ascensão, pois a valorização do corpo exige investimentos financeiros e emocionais, o custo da beleza, que traz consigo esperança de felicidade e engajamento social, ao fazer parte dos padrões estabelecidos pela sociedade contemporânea, pois a apreciação pelo corpo jovial é de extrema importância para a sociedade, levando as pessoas a se adaptarem às exigências imposta pela cultura, mercado que cresce e atrai cada dia mais as pessoas, inclusive as pessoas da terceira idade. (ROMANSSIMI; SCORTEGAGNA; PICHLER, 2021).

Ainda sobre a mercantilização para manter a juventude na terceira idade pode-se destacar os métodos não convencionais na aplicação dos recursos e procedimentos estéticos utilizado sem embasamento científico ou em excesso, por exemplo o uso de cirurgias plásticas excessivas e frequentes modificando completamente a imagem real do sujeito, sendo estratégias ruins e maléficas a saúde da pessoa, com a finalidade de consumir e vender cada vez mais a juventude. (CAIO; YOKOMIZO; LOPES, 2019).

Com as constantes influências nas mídias sociais tem crescido o número de pessoas na terceira idade na busca por procedimentos estéticos para minimizar o envelhecimento

secundário, que promete qualidade de vida no âmbito social e mental, bem como longevidade. A fase do adulto jovem é privilegiada pela beleza e vitalidade, contudo, as pessoas na terceira idade que utilizam os procedimentos estéticos reafirmam-se e sentem-se que é possível estar linda e com vitalidade também nesta fase. (ROMANSSIMI; SCORTEGAGNA; PICHLER,2021.).

Nota-se que os padrões de beleza impostos pela sociedade surgiram como forma de controle social, pois as mulheres ao conquistarem espaços sociais, através das lutas feministas muitos direitos, inclusive a ocupação a ambientes e profissões tidas como masculinas, posto isto, esse controle aos corpos reverbera ao envelhecer, pois o entendimento de manter a beleza e se enquadrar ao um perfil corporal específico, ou seja, magro e jovial a qualquer custo ainda prevalece atualmente. (ROMANSSIMI; SCORTEGAGNA; PICHLER, 2021.).

Uma corrida pelas mulheres para manter o corpo jovial pela medicina moderna cresce expressivamente, desafio para as mulheres na terceira idade, devido ao processo de senescência, mutilando a autoestima de todos, pois as jovens buscam procedimentos estéticos para manter a imagem corporal e as idosas para retardar o envelhecimento. Toda essa corrida é resultado desse controle patriarcado aos corpos femininos, repercutindo também no mercado de trabalho que valoriza a produtividade e a estrutura física. (WOLF, 1992).

Afirmam e validam Jardim; Medeiros; Brito (2019) que a construção da velhice tem base no capitalismo e nos aspectos sociocultural, onde o consume de bens e consumos evidencia e cultua a juventude, pois o idoso é percebido como inútil e fisicamente não tem mais a força e imagem corporal atraente para o mercado de trabalho, motivando esse público a valorizar a juventude e menosprezar a velhice, por uma beleza eterna e utópica criada pela cultura Ocidental.

Em concordância com Castro et al (2020) o idadismo é um preconceito direcionado á pessoa idosa como forma de discriminação, segregação e hostilidade para com as pessoas na terceira idade. Os jovens tendem a trazer em suas falas e expressões diariamente, na utopia que não serão idosos no futuro, com percepções dos estereótipos sociais sobre o idoso, como improdutivo, incapaz e doente, causando muito sofrimento, negando a velhice e todo o processo de envelhecimento.

Portanto, se a cultura continuar a avivar os estereótipos e preconceitos ao idoso, essa sendo uma visão negativa do envelhecimento como supracitado no decorrer do artigo, a

pessoa na terceira idade tende a vivenciar a velhice com muito desgosto e angústia, como também o sofrimento para as pessoas na fase de adulto intermediário, pois aproxima-se da velhice. A autoimagem e o autocuidado dependem das relações, dos laços sociais e da autoestima do indivíduo para vivenciar essa fase com louvor, bem-estar e longevidade. (SILVA; SILVA; PINHEIRO, 2020).

## **5. SAÚDE MENTAL, BEM-ESTAR E ENVELHECIMENTO**

A saúde mental está atrelada diretamente com a qualidade de vida e o bem-estar do indivíduo nos aspectos biopsicossociais. Com o processo de envelhecimento a pessoa idosa sofre vários declínios na saúde física e cognitiva ao longo do tempo, sendo relevante que a pessoa na terceira idade possa vivenciar a velhice com projetos e espírito semelhante ao que vivenciou a idade adulta intermediária. (MENDES, 2020).

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS (2018, p.1) "saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade. A saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais", desse modo, proporcionar saúde e bem-estar à população idosa é essencial para a longevidade dos idosos, dever do Estado com políticas públicas, dos familiares e da comunidade garantir que o idoso tenha acesso à saúde, lazer e qualidade de vida.

Para alcançar a longevidade os idosos devem buscar qualidade de vida, bem como fortalecer e (RE) construir novos laços afetivos com familiares e amigos, pois o envelhecimento bem-sucedido também necessita do amparo das relações sociais, do mesmo modo que a aceitação da realidade, motivando a busca por promoção e prevenção da saúde. (MENDES, 2020).

Vale ressaltar que o envelhecimento saudável, ativo e bem-sucedido é aquele o qual o indivíduo tem saúde mental, qualidade de vida, com hábitos saudáveis e práticas de exercícios físicos constantes, autonomia, independência, bons relacionamentos e fortalecimento dos papéis sociais na sua comunidade e em seu seio familiar.

Conforme Feldman (2015) reiterando com Mendes (2020) com a teoria do envelhecimento da atividade as pessoas na terceira idade quando envelhecem com qualidade

nos âmbitos sociais e cognitivo como supracitado, são os que deram ênfase e continuidade aos projetos nos estágios anteriores da vida.

O bem-estar psicológico faz menção aos vínculos afetivos, às amizades construídas ao longo da vida, bem como todas as formas de diversão que resultem em alegria, bem-estar, mas também a vaidade, essa como uma atitude essencial para o bem-estar psicológico, como se sentir bonita com uma roupa nova, se maquiar, cortar os cabelos, entre outras e que tenha a finalidade de aumentar a autoestima do idoso. (GOMES et al, 2019).

O envelhecimento ativo segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS (2005) em documento informativo sobre Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde é a construção de estratégias e políticas públicas que promovam saúde, envolvimento social, político, financeiro, cultural, espiritual e seguridade dos indivíduos, especialmente das pessoas na terceira idade, com a finalidade de promover um envelhecimento saudável e com qualidade, potencializando as destrezas do idoso frente os aspectos biopsicossociais.

Nota-se a relevância do autocuidado, do autoamor, autoestima e da liberdade, essas sendo primordiais para o idoso, bem como os laços afetivos que garantam reserva cognitiva no decorrer de sua vida, logo resultam em mais qualidade de vida, conseqüentemente mais saúde mental e melhor adaptação na fase da velhice. (FELDMAN, 2015).

Segundo os autores Leite e Silva (2019), com teoria de Erik Erikson permite compreender o envelhecimento a partir da vivência do indivíduo nos estágios psicossociais, onde o sujeito percorre por oito estágios de desenvolvimento humano. A velhice é o último nesta teoria; o sujeito adentra no estágio da integridade do Ego versus desespero, ele faz menção que é neste estágio que se iniciam várias reflexões acerca da trajetória da sua vida para o idoso, que pode ser satisfatório ou não e cada indivíduo passa a avaliar o passado, presente e futuro de forma distinta e singular.

Salienta-se que é neste estágio que surgem duas possibilidades de perceber e avaliar sua história, uma delas é a aceitação positiva do que foi vivido com satisfação e esperar a morte, onde ela reconhece positivamente suas escolhas e atitudes passadas, sentindo orgulho ou vivenciar com amargura, arrependimento e tristeza por não ter mais tempo de mudar o passado, ocasionando muita infelicidade neste momento de vida. (LEITE; SILVA, 2019).

Conforme Carrara (2020) A idade subjetiva é também muito relevante, é a forma que cada indivíduo tem de se perceber e se sentir mais jovial, mesmo tendo mais idade. Sendo

assim, a pessoa que tem essa habilidade de se perceber e sentir mais jovem, independentemente da idade cronológica, é satisfatório ao adentrar no processo de envelhecimento, ainda segundo os autores supracitados, lidam bem com os preconceitos, estereótipos e a cobrança social nesta fase do desenvolvimento humano.

Em contrapartida a idade cronológica é um marcador social para identificar e marcar o tempo que se vive desde o nascimento até a morte, considerada muito limitada, visto que não aprofunda as modificações que vivenciamos nesse processo de desenvolvimento humano que ocorrem com o passar do tempo, mudanças essas físicas, cognitivas, subjetiva e sociais.

Conforme Carrara (2020) A percepção de como é percebido o seu próprio corpo ao decorrer do tempo é preditor na maneira de como é lidado com a velhice, a busca por qualidade de vida física e cognitiva nessa fase do desenvolvimento vem ganhando muito espaço na contemporaneidade pela população idosa.

Envelhecer com qualidade tem levado as pessoas a requerer tratamentos estéticos que resultem em rejuvenescer e manter uma imagem corporal jovial, deste modo, a estética perpassa por mudança na visão das pessoas, inclusive entre os idosos, pois tem agora um novo significado, o cuidado na saúde e nos seus relacionamentos, visto no entanto que as pessoas na terceira idade não abre mão do direito de viver bem, usufruir dos seus direitos e decidir suas próprias vontades e desejos. (GOMES, 2019).

De acordo com Carrara (2020) os procedimentos estéticos que têm a finalidade de rejuvenescimento estão associados ao ato de cuidar de si, pois proporcionam saúde, autonomia, independência, qualidade de vida e bem-estar. Verifica-se que são práticas positivas na saúde mental, tanto a nível subjetivo que aumentam a autoestima da pessoa e nas suas relações interpessoais, mas também física, pois proporcionam e motivam a pessoa a manter o corpo e mente mais saudáveis possível, sendo essas relevante na terceira idade, um novo olhar na subjetividade da pessoa.

Constata-se que a população idosa está inserida em atividades e espaços antes ditado para os jovens, na busca por qualidade de vida e bem-estar, direito inclusive dado por leis, que visam proporcionar saúde e qualidade na assistência ao idoso nas políticas públicas atuais, nos espaços públicos e também privado. Atualmente o idoso estão nas academias, dançando, engajados em práticas esportivas, como por exemplo, no ciclismo. (GOMES, 2019).

Carrara (2020) ratificam e evidenciam em seus estudos que os longevos percebem que o autocuidado, os cosméticos e os procedimentos estéticos propiciam satisfação, felicidade, autonomia e que tem forte influência na qualidade de vida e na saúde mental das pessoas na terceira idade.

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É importante considerar que o desenvolvimento humano é permeado por etapas significativas, pois cada uma é suporte para a posterior e adentrar na idade tardia traz consigo muitos medos e anseios, pois a cultura e o capitalismo interferem na percepção e aceitação do idoso nesta fase do desenvolvimento, visto ainda por muitos como negativo, mas para outros como positivo, uma nova percepção. Pesquisar e se aprofundar nesta temática para identificar o processo de envelhecimento, as dificuldades e os ganhos desta etapa da vida, bem como cada pessoa percebe e vivencia.

O processo de envelhecimento ocorre naturalmente e é universal em todas as pessoas, vivenciar essa fase é considerado um desafio e indesejável pela maior parte dessa população, visto que há muitas cobranças da sociedade para que o indivíduo permaneça jovem e produtivo.

Os estudos se intensificaram para compreender o processo de envelhecimento, da velhice e do idoso, portanto novas modalidades de especialidades foram aparecendo com o passar dos anos, novas intervenções e políticas públicas foram surgindo, mas ainda tem muito a se aprofundar nesta temática e estudar para o fim do preconceito, para proporcionar mais qualidade de vida aos idosos e melhor visão desta fase do desenvolvimento, tanto pelos idosos quanto pelas crianças e jovens.

A busca por procedimentos estéticos pelo público da terceira idade cresce expressivamente na sociedade contemporânea, visto que os longevos são a população mais avulta no Brasil e no mundo como apontam as estatísticas recentes, onde as pessoas da terceira idade representa 13,9%.

Nota-se a mudança na percepção das pessoas no que tange a estética, pois era percebida como algo negativo e desnecessário nesta fase de vida, os preconceitos e



estereótipos direcionados para esse público são cruéis e maldosos, dificultando cada vez a aceitação, a autoestima, a autonomia e independência da pessoa idosa.

Com avanços na tecnologia e nos estudos essa visão negativa vem se modificando cada vez mais, pois com os conhecimentos atuais e as mudanças nos estilos de vida o idoso tem se beneficiado, já que mudanças na qualidade de vida, na alimentação, exercícios físicos e laços afetivos da família e da comunidade tem sido primordial para a saúde mental dos idosos. O autocuidado é de suma relevância também nesta fase do desenvolvimento e esse conhecimento tem se expandido e mais bem aceito pelas pessoas na atualidade.

A percepção que na velhice só há declínios e que não há mais o que fazer é prejudicial para a pessoa idosa; sempre haverá aprendizado ao longo da vida, desde que haja espaço para o desenvolvimento. Manter a pessoa idosa com autonomia, qualidade de vida, bem-estar psicológico e social reverbera na autoestima e conseqüentemente na saúde mental.

A saúde mental e física da pessoa idosa é essencial para um país em desenvolvimento, uma vez que eles permanecem ativos, consumistas, produtivos e menos enfermos. Desmistificar os preconceitos atuais e trabalhar na qualidade de vida e bem-estar do idoso com respeito é de suma relevância para as novas gerações, pois é possível viver com qualidade de vida e saúde mental na terceira idade, com ou sem procedimentos estéticos para melhorar a autoestima e imagem corporal.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, Gabriela França; FARIAS, Josefa Patrícia Vitorino. **O processo de envelhecimento nos dias atuais – revisão integrativa**. VI Congresso Internacional de Envelhecimento Humano.

BERGER, Kathleen Stassen. Desenvolvimento biossocial: adulez tardia. In: BERGER, Kathleen Stassen. **O desenvolvimento da pessoa: do nascimento à terceira idade**/ Kathleen Stassen Berger; - Rio de Janeiro: LTC, 2013.p. 395 a 412;

BERGER, Kathleen Stassen. Dultez: Desenvolvimento biossocial. In: BERGER, Kathleen Stassen. **O desenvolvimento da pessoa: do nascimento à terceira idade**/ Kathleen Stassen Berger; - Rio de Janeiro: LTC, 2013.p. 433 a 451;

BARROSO, Áurea E. Soares. Velhice e seus significados. **In: Geriatria e Gerontologia**. Barueri, SP: Editora Manole, 2014. E-book. ISBN 9788520440223. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520440223/>. Acesso em: 13 jun. 2023.

CARRARA, Flávia Franco. Percepção do envelhecimento: mulheres de meia idade e idosas que buscam por procedimentos estéticos. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 14, n. 49, p. 38-50, 2020. <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2309>. Acesso: 31 maio 2023;

CAIO, Carolina Barreta; YOKOMIZO, Patrícia; LOPES, Andrea. Envelhecimento e aparência: a experiência de indianos imigrantes da cidade de São Paulo, Brasil. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, p. 101-125, 2019. <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/2176-901X.2019v22iEspecial26p101-125/30554>. Acesso: 04 Jun. 2023.

CASTRO, Beatriz Rodrigues et al. A expressão do idadismo em tempos de Covid-19: Uma reflexão teórica. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, p. 479-497, 2020. Acesso: 09 jun. 2023 <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/51568/33669>.

**Envelhecimento**. unric.org, 2019 Disponível em: URL <https://unric.org/pt/envelhecimento/#> acesso: 30 de jun de 2023.

**Envelhecimento ativo: uma política de saúde** / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso: 09 jun. 2023;

Geriatrics e gerontologia. Seção 1 – Aspectos antropológicos do envelhecimento: 3 Velhice e seus significados. In: **Geriatrics e gerontologia** / coordenação Telma de Almeida Busch Mendes. - Barueri, SP: Manole, 2014.— (Manuais de especialização Einstein/ editora RenataDejtjar Waksman, Olga Guilhermina Dias Farias). p. 27;

GOMES, Kamilla Rosa et al. **Idoso e uma visão sobre o envelhecimento nas políticas de proteção social**. 2019. <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/208603/Kamilla%20Rosa%20Gomes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso: 13 jun. 2023.

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; MEDEIROS, Bartolomeu Figueiroa de; BRITO, Ana Maria de. Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice. **Revista brasileira de geriatrics e gerontologia**, v. 9, p. 25-34, 2019. <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/tzGHq3mphTxJ5jtvX5pRM6z/?lang=pt> acesso: 01 jun. 2023;

LEITE, Artur Alexandre de M.; SILVA, Marcos Leandro. Um estudo bibliográfico da Teoria Psicossocial de Erik Erikson: contribuições para a educação. [TESTE] **Debates em Educação**, v. 11, n. 23, p. 148-168, 2019. <https://www.seer.ufal.br/ojs2-somente-consulta/index.php/debateseducacao/article/view/6332>. Acesso: 29 maio 2023;

MAIA, Rafaela Filipa Gomes. **Turismo sênior: nova perspectiva de envelhecimento com qualidade de vida**. 2022. Tese de Doutorado. Acesso: 09 jun. 2023. <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/38377/1/203041151.pdf>;

MELLO, Márcia de; SCORTEGAGNA, Helenice de Moura; PICHLER, Nadir Antonio. Cuidados e o impacto da aparência estética na percepção social de um grupo de mulheres idosas. **Revista Brasileira de Geriatrics e Gerontologia**, v. 23, 2020. <https://www.scielo.br>

acesso: 11 Mar 2023;

MENDES, José. Envelhecimento (s), qualidade de vida e bem-estar. **A Psicologia em suas Diversas Áreas de Atuação**, v. 3, 2020. [https://www.researchgate.net/profile/Jose-Mendes-11/publication/342365705\\_Envelhecimentos\\_qualidade\\_de\\_vida\\_e\\_bemestar/links/5ef12f56a6fdcc73be96b4c5/Envelhecimentos-qualidade-de-vida-e-bem-estar.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Jose-Mendes-11/publication/342365705_Envelhecimentos_qualidade_de_vida_e_bemestar/links/5ef12f56a6fdcc73be96b4c5/Envelhecimentos-qualidade-de-vida-e-bem-estar.pdf). acesso: 21 Maio 2023;

MINÓ, Nádia Marota; DE MELLO, Rita Márcia Andrade Vaz. Representação da velhice: reflexões sobre estereótipo, preconceito e estigmatização dos idosos. **Oikos: Família e Sociedade em Debate**, v. 32, n. 1, p. 273-298, 2021. <https://periodicos.ufv.br/oikos/article/view/9889> acesso 07/04/2023 Acesso:07 abr 2023;

NETTO, Matheus Papaléo. O estudo da velhice: histórico, definição do campo e termos básicos. **Tratado de geriatria e gerontologia**, v. 2, p. 2-12, 2006;

**Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2018.** [agenciadenoticias.ibge.gov.br](https://agenciadenoticias.ibge.gov.br), s.d. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em:08 de abr de 2023;

PAPALIA, Diane E. FEIDMAN, Ruth Duskin. MARTORELL, Gabriela Desenvolvimento físico e cognitivo na vida adulta tardia. PAPALIA, Diane E. **Desenvolvimento humano/** Diane E. Papalia, Ruth Duskin Feidman, com Gabriela Martorell; - 12. ed. - Dados eletrônicos. - Porto Alegre: AMGH, 2013.p.570 a 600.

PINHEIRO, Lucas Leal. **Impacto do Envelhecimento na Autoestima e Satisfação com a Vida em Brasileiros** Alessandro Santos Silva Helton Rodolfo Mendes Leal da Silva. [https://www.researchgate.net/profile/Alessandro-Santos-Silva/publication/361822784\\_Impacto\\_o\\_do\\_Envelhecimento\\_na\\_Autoestima\\_e\\_Satisfacao\\_com\\_a\\_Vida\\_em\\_Brasileiros/links/62c71d9900d0b451103dee08/Impacto-do-Envelhecimento-na-Autoestima-e-Satisfacao-com-a-Vida-em-Brasileiros.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Alessandro-Santos-Silva/publication/361822784_Impacto_do_Envelhecimento_na_Autoestima_e_Satisfacao_com_a_Vida_em_Brasileiros/links/62c71d9900d0b451103dee08/Impacto-do-Envelhecimento-na-Autoestima-e-Satisfacao-com-a-Vida-em-Brasileiros.pdf). Acesso 14 maio 2023;

ROMANSSINI, Sabrina Fernanda; SCORTEGAGNA, Helenice de Moura; PICHLER, Nadir Antonio. Estética e felicidade na percepção de idosas usuárias de produtos de beleza. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 23, 2021. ["https://www.scielo.br/j/rbagg/a/zgO5d56jvTqpc4jszbn4mvF/abstract/?lang=pt"](https://www.scielo.br/j/rbagg/a/zgO5d56jvTqpc4jszbn4mvF/abstract/?lang=pt)mvF/abstract/?lang=pt. Acesso 21 maio 2023;

**“Saúde mental no trabalho” é tema do Dia Mundial da Saúde Mental.** [bvsmms.saude.gov.br](https://bvsmms.saude.gov.br)- s.d Disponível em: URL <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro>. Acesso em: 25 de maio de 2023.

SILVA, Mônica Rodrigues da; RODRIGUES, Leiner Resende. Conexões e interlocuções entre autoimagem, autoestima, sexualidade ativa e qualidade de vida no envelhecimento. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.73, 2020.

<https://www.scielo.br/j/reben/a/jCrzt9sV8v8nRzpHNORTCYy/abstract/?lang=pt>. Acesso 13 maio 2023;

SOUZA, Thiago José Nascimento; DA SILVA, José Júnior Bezerra; LINS, Ana Elizabeth Santos. Percepção de idosos sobre o envelhecimento em um projeto extensionista. **Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, v. 5, n. 8, p. 29-39, 2020. <https://www.revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/49/49>. Acesso: 01 jun. 2023;

TEIXEIRA, Adriane Ribeiro; CARDOSO, Mariana de Medeiros; OLCHEK, Maira Rozenfeld. **Idade subjetiva em idosos ativos: estudo comparativo com idade cronológica, aspectos sociodemográficos e autoavaliação de saúde**. PAJAR-Pan american journal of aging research. Porto Alegre: EDIPUCRS. Vol. 9 (jan./dez. 2021), p. 1-9, 2021;

WOLF, Naomi. **O mito da beleza**. Vozes. Petrópolis - RJ 1992  
<https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o.a%20aus%C3%A4ncia%20de%20doen%C3%A7as%20mentais>. acesso: 20 maio 2023.