OS IMPACTOS DA PRESSÃO ESTÉTICA NA SAÚDE MENTAL FEMININA

PRISCILA FERNANDES CAVALCANTE

Introdução: Ao longo da história, as sociedades construíram ideais socioculturais de beleza. Na Grécia Antiga, a beleza era associada à harmonia; no Renascimento europeu, corpos volumosos representavam riqueza e status. Após a Segunda Guerra Mundial, o corpo magro passou a ser supervalorizado, vinculado à saúde e à estética, e reforçado pela mídia e por um padrão eurocêntrico de beleza que privilegia corpos brancos, jovens e magros. Esses ideais, potencializados pela globalização, acarretam custos emocionais, principalmente para as mulheres, historicamente mais objetificadas. No caso de mulheres de etnias não europeias, há ainda o impacto da falta de representatividade. **Objetivo:** Analisar os impactos da pressão estética na saúde mental de mulheres, considerando as implicações emocionais e psicossociais decorrentes da busca por padrões irreais impostos socialmente. **Metodologia:** Revisão narrativa de literatura, realizada por meio de pesquisa em artigos científicos, documentos institucionais e obras de referência sobre o tema, com análise crítica dos impactos da pressão estética em diferentes contextos socioculturais. **Resultados:** A necessidade de aceitação social, associada à exposição constante às redes sociais, filtros digitais e padrões estéticos inatingíveis, intensifica a busca por procedimentos estéticos. O Brasil se destaca como líder mundial em cirurgias plásticas, sendo lipoaspiração, implante de silicone e abdominoplastia os procedimentos mais realizados. Paralelamente, observa-se o aumento de transtornos como dismorfia corporal, transtornos alimentares, ansiedade, pânico e depressão, frequentemente coexistindo e agravando prejuízos à saúde mental e física. Conforme Naomi Wolf reflete em *O Mito da Beleza*, as mulheres, ao buscarem equiparação social e salarial, destinam parte significativa de seus recursos para atender padrões estéticos impostos, reforçando a relação entre pressão estética e vulnerabilidade emocional. **Conclusão:** A busca por padrões inalcançáveis de beleza contribui para o sofrimento psíquico de mulheres, tornando necessária a ressignificação do conceito de beleza, com foco no cuidado integral da saúde mental. Promover a saúde mental frente à pressão estética requer o fortalecimento da autoestima, compreendida como autopercepção, valorização pessoal e amor-próprio. Ressalta-se a importância do uso consciente e informado de procedimentos estéticos, alinhando-os ao cuidado integral à saúde e à autonomia feminina.

Palavras-chave: **BELEZA; ESTÉTICA; MULHERES**

DOI: 10.51161/iii-conasm/60401