

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

CURSO DE MEDICINA

**Declaração de entrega do Trabalho de Conclusão de
Curso**

Declaro que o trabalho intitulado “Impacto do melasma na auto-estima de mulheres no pós-parto frente às demais alterações estéticas.” realizado pelo(s) aluno(s) Valentina Colombo Bergamini e Beatriz Gordilho Bacos está apto para entrega, apresentação e avaliação das bancas nomeadas.

Prof. Dra. Myllene Bossolani Galloro

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

CURSO DE MEDICINA

Valentina Colombo Bergamini

Beatriz Gordilho Bacos

**IMPACTO DO MELASMA NA AUTO-ESTIMA DE MULHERES NO
PÓS-PARTO FRENTE ÀS DEMAIS ALTERAÇÕES ESTÉTICAS.**

São Paulo

2024

Valentina Colombo Bergamini

Beatriz Gordilho Bacos

**IMPACTO DO MELASMA NA AUTO-ESTIMA DE MULHERES NO
PÓS-PARTO FRENTE ÀS DEMAIS ALTERAÇÕES ESTÉTICAS.**

Trabalho de Conclusão de curso apresentado ao Curso de Medicina da Universidade Santo Amaro - UNISA, como requisito parcial para obtenção do título Bacharel em Medicina.

Orientador: Prof. Dra. Myllene Bossolani Galloro

São Paulo

2024

B123i Bacos, Beatriz Gordilho.
Impacto do melasma na autoestima de mulheres no pós-parto frente às demais alterações estéticas / Beatriz Gordilho Bacos, Valentina Colombo Bergamini – São Paulo, 2024.
21 p. : il., color.
Orientadora: Myllene Bossolani Galloro.
TCC Graduação. (Curso Superior em Medicina) - Universidade Santo Amaro, 2024.
Bibliografia incluída.
1. Pós-parto. 2. Autoestima. 3. Percepção corporal. I. Bergamini, Silmara Patrícia Correia da Silva, II. Galloro, Myllene Bossolani, orient. III. Universidade Santo Amaro. IV. Título.
CDD 616.5

Elaborada pela Bibliotecária: Janice Toledo dos Santos CRB-8/8391

Valentina Colombo Bergamini

Beatriz Gordilho Bacos

**IMPACTO DO MELASMA NA AUTO-ESTIMA DE MULHERES NO
PÓS-PARTO FRENTE ÀS DEMAIS ALTERAÇÕES ESTÉTICAS.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Medicina da
Universidade Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para obtenção do
título Bacharel em Medicina.

Orientador: Prof. Dra. Myllene Bossolani Galloro

São Paulo, 12 de dezembro de 2024

Banca Examinadora

Prof. Dra. Myllene Bossolani Galloro

Orientador

Prof. Dra. Arianne Baquião Costa

Avaliador

Prof. Dra. Claudia Cachulo Lopes

Avaliador

Conceito Final

Valentina Colombo Bergamini, Beatriz Gordilho Bacos, Myllene Bossolani Galloro. *Impacto do melasma na autoestima de mulheres no pós-parto frente às demais alterações estéticas*. [Trabalho de Conclusão de Curso]. São Paulo: Faculdade de Medicina, Universidade Santo Amaro, 2024.

INTRODUÇÃO: Durante a gravidez, ocorrem mudanças metabólicas e hormonais que afetam o corpo da mulher, resultando em alterações físicas como estrias, aumento de peso e melasma. Após o parto, as principais alterações psicológicas incluem depressão, ansiedade e insatisfação com o corpo, o que pode ter consequências negativas na personalidade e nas relações sociais. O melasma, comum em mulheres, está relacionado à gravidez, anticoncepcionais e exposição solar, afetando principalmente tons de pele mais escuros. A autoestima, influenciada pela percepção do corpo, pode ser significativamente afetada durante e após a gravidez, contribuindo para problemas emocionais e psicológicos. **METODOLOGIA:** Foram recrutadas 80 mulheres na unidade 2 do Complexo escola Dr Wladimir Arruda para responder um questionário com 17 perguntas via google forms. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A pesquisa revelou que o aumento de peso foi a alteração estética mais incômoda, refletindo padrões culturais de magreza. As estrias foram a segunda maior preocupação, especialmente as hipertróficas e atróficas. O melasma foi a principal preocupação para mulheres com essa condição, afetando significativamente sua autoestima. Varizes também foram citadas como incômodas. O peso foi notado primeiro ao se olhar no espelho, e ao se prepararem para sair ele foi ainda mais referido. **CONCLUSÃO:** Em síntese, embora esperássemos que o melasma fosse a maior preocupação estética, descobrimos que o aumento de peso é mais incômodo para mulheres pós-parto. No entanto, o melasma ainda afeta significativamente a autoestima daquelas que o têm, embora seja menos conhecido e mais fácil de ocultar do que o peso.

Palavras-chave: Pós-parto. Auto-estima. Alterações estéticas. Melasma. Percepção corporal.

ABSTRACT

BACKGROUND: During pregnancy, metabolic and hormonal changes occur that affect the woman's body, resulting in physical changes such as stretch marks, weight gain, and melasma. After childbirth, the main psychological changes include depression, anxiety, and body dissatisfaction, which can have negative consequences on personality and social relationships. Melasma, common among women, is related to pregnancy, contraceptives, and sun exposure, primarily affecting darker skin tones. Self-esteem, influenced by body perception, can be significantly impacted during and after pregnancy, contributing to emotional and psychological problems. **METHODOLOGY:** Eighty women were recruited at Unit 2 of the Dr. Wladimir Arruda School Complex to answer a questionnaire with 17 questions via Google Forms. **RESULTS AND DISCUSSION:** The research revealed that weight gain was the most bothersome aesthetic change, reflecting cultural standards of thinness. Stretch marks were the second biggest concern, especially hypertrophic and atrophic ones. Melasma was the primary concern for women with this condition, significantly affecting their self-esteem. Varicose veins were also mentioned as bothersome. Weight was first noticed when looking in the mirror, and it was even more often referred to when preparing to go out. **CONCLUSION:** In summary, although we expected melasma to be the main aesthetic concern, we found that weight gain is more bothersome for postpartum women. However, melasma still significantly affects the self-esteem of those who have it, even though it is less well-known and easier to conceal than weight.

Keywords: Postpartum. Self-esteem. Aesthetic changes. Melasma. Body perception.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 METODOLOGIA	13
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
4 CONCLUSÃO/ CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS	20

MODELO PARA ELABORAÇÃO E FORMATAÇÃO DE ARTIGOS

MODEL FOR PREPARATION AND FORMAT OF SCIENTIFIC PAPERS

BERGAMINI, Valentina Colombo¹

BACOS, Beatriz Gordilho²

GALLORO, Myllene Bossolani³

RESUMO

Durante a gravidez, ocorrem mudanças metabólicas e hormonais que afetam o corpo da mulher, resultando em alterações físicas como estrias, aumento de peso e melasma. Após o parto, as principais alterações psicológicas incluem depressão, ansiedade e insatisfação com o corpo, o que pode ter consequências negativas na personalidade e nas relações sociais. O melasma, comum em mulheres, está relacionado à gravidez, anticoncepcionais e exposição solar, afetando principalmente tons de pele mais escuros. A autoestima, influenciada pela percepção do corpo, pode ser significativamente afetada durante e após a gravidez, contribuindo para problemas emocionais e psicológicos. Foram recrutadas 80 mulheres na unidade 2 do Complexo escola Dr Wladimir Arruda para responder um questionário com 17 perguntas via google forms. A pesquisa revelou que o aumento de peso foi a alteração estética mais incômoda, refletindo padrões culturais de magreza. As estrias foram a segunda maior preocupação, especialmente as hipertróficas e atróficas. O melasma foi a principal preocupação para mulheres com essa condição, afetando significativamente sua autoestima. Varizes também foram citadas como incômodas. O peso foi notado primeiro ao se olhar no espelho, e ao se prepararem para sair ele foi ainda mais referido. Em síntese, embora esperássemos que o melasma fosse a maior preocupação estética, descobrimos que o aumento de peso é mais incômodo para mulheres pós-parto. No entanto, o melasma ainda afeta significativamente a autoestima daquelas que o têm, embora seja menos conhecido e mais fácil de ocultar do que o peso.

Palavras-chave: separadas por ponto e finalizadas também por ponto. Devem ser listadas no mínimo 3 (três) e no máximo 5 (cinco) palavras-chave

ABSTRACT

During pregnancy, metabolic and hormonal changes occur that affect the woman's body, resulting in physical changes such as stretch marks, weight gain, and melasma. After childbirth, the main psychological changes include depression, anxiety, and body dissatisfaction, which can have negative consequences on personality and social relationships. Melasma, common

¹ Graduando em Medicina da Universidade Santo Amaro. Valentina.colombo1805@gmail.com

² Graduando em Medicina da Universidade Santo Amaro. Biabacos@hotmail.com

³ Professor Orientador. Titulação, Universidade Santo Amaro -SP – myllene2@hotmail.com

among women, is related to pregnancy, contraceptives, and sun exposure, primarily affecting darker skin tones. Self-esteem, influenced by body perception, can be significantly impacted during and after pregnancy, contributing to emotional and psychological problems. Eighty women were recruited at Unit 2 of the Dr. Wladimir Arruda School Complex to answer a questionnaire with 17 questions via Google Forms. The research revealed that weight gain was the most bothersome aesthetic change, reflecting cultural standards of thinness. Stretch marks were the second biggest concern, especially hypertrophic and atrophic ones. Melasma was the primary concern for women with this condition, significantly affecting their self-esteem. Varicose veins were also mentioned as bothersome. Weight was first noticed when looking in the mirror, and it was even more often referred to when preparing to go out. In summary, although we expected melasma to be the main aesthetic concern, we found that weight gain is more bothersome for postpartum women. However, melasma still significantly affects the self-esteem of those who have it, even though it is less well-known and easier to conceal than weight.

Keywords: separadas por ponto e finalizadas também por ponto. Devem ser listadas no mínimo 3 (três) e no máximo 5 (cinco) palavras-chave.

1 INTRODUÇÃO

Durante a gravidez ocorrem muitas mudanças no corpo da mulher principalmente físicas, por causa de modificações metabólicas de cunho proteico, lipídico e glicídico como intensas alterações imunológicas, endócrinas, metabólicas e vasculares causadas pelas alterações hormonais. As principais alterações estéticas são estrias, aumento de peso, varizes e melasma. As manifestações cutâneas mais comuns são a hiperpigmentação em 87,6%, seguida por estria gravídica em 72,8% (1).

Já as principais alterações psicológicas pós parto em mulheres são depressão, ansiedade e insatisfação com o corpo. A insatisfação na imagem corporal dessas mulheres pós parto é um componente multidisciplinar que pode ter muitas consequências negativas na personalidade, comportamento e relações sociais, estas mulheres têm mais tendência de desenvolver uma experiência psicológica e física negativa que pode se tornar patológica. Portanto esta insatisfação com a aparência física aumenta as chances de depressão que já são altas em mulheres neste período (2).

Melasma é uma condição caracterizada por máculas acastanhadas de contornos irregulares e limites nítidos que podem variar quanto a sua intensidade e que são geralmente simétricas. Tais manchas aparecem mais

comumente na face (principalmente nas maçãs do rosto, testa, nariz e lábio superior) mas também podem acometer braços, pescoço e colo. O melasma tem uma prevalência global de aproximadamente 1% (3), afeta mais frequentemente mulheres e, apesar de não ter uma causa estabelecida, seu aparecimento está relacionado ao uso de anticoncepcionais femininos, a gravidez e à exposição solar, além de predisposição genética (4). A prevalência mais alta do melasma foi reportada em pacientes com tipo de pele III, IV e V pela escala de Fitzpatrick, ou seja, nos tons de pele mais escuros e particularmente em latino americanos (9-30%) e asiáticos (aproximadamente 40%) (3), por isso, a população muito miscigenada no Brasil e o clima tropical favorecem o aparecimento da doença (5).

A escala de Fitzpatrick classifica os fototipos cutâneos quanto a quantidade de melanina e quanto a capacidade de bronzear e queimar quando a pele é exposta ao sol, sendo seis subtipos. É importante ressaltar que a exposição da pele a luz solar é um importante fator no aparecimento do melasma uma vez que a radiação ultravioleta pode ocasionar na peroxidação dos lipídios na membrana celular o que aumenta a quantidade de radicais livres, os quais estimulam os melanócitos a produzirem melanina excessivamente (7).

São descritos 3 tipos de melasma: epidérmico, dérmico ou misto, conforme o local em que este pigmento está depositado, sendo que o misto compreende a maioria dos casos. No melasma epidérmico a concentração de melanócitos e melanina fica na camada basal e na epiderme, o que confere uma coloração castanha a pele, com a quantidade de melanina aumentada nos melanócitos e queratinócitos da epiderme. Já no melasma dérmico, o pigmento se localiza na derme dentro dos melanofagos, o que proporciona uma coloração que varia do castanho, azulado ou acinzentado em consequência da quantidade de melanina aumentada nos macrófagos da derme (7). Já em relação a distribuição de manchas, há três padrões clínicos de melasma: O padrão centro-facial, que é o mais comum e envolve a área da testa, bochechas, lábio superior e queixo, padrão malar que acomete as regiões malares das bochechas e do nariz e padrão mandibular que envolve ramo mandibular e afeta de 9% a 16% dos casos (7).

Um estudo (5) mostrou que há uma prevalência da doença em

mulheres de 39:1 e dentre as grávidas no Brasil 10.7% de 224 tiveram melasma a sua causa não é totalmente conhecida porém isso pode ser explicado pelo aumento de hormônios como estrogênio e progesterona durante a gravidez principalmente a partir do terceiro trimestre (8) aumentando o risco de ocorrer a doença. Isso também pode ser aumentado em mulheres que usam contraceptivos oral. Os efeitos dos hormônios acima descritos na pele são mediados por

receptores nucleares como os receptores alfa e beta de estrogênio (ER1s e ER2s) e receptores de progesterona (PRs). Mulheres com melasma possuem um aumento da expressão dos receptores PR e dos receptores ER2 na epiderme, local onde o estrogênio média diretamente a melanogênese por meio de ativação de melanócitos (9).

O melasma associado a gravidez em 6% das vezes tem uma remissão espontânea mas o resto das mulheres necessita de tratamento tendo uma boa resposta porém 30% destas pacientes ficam com alguma sequela pigmentar. Se a mulher já teve melasma em alguma gravidez o risco é maior de ter de novo em uma gravidez posterior e se nunca teve, quanto maior é o histórico de gravidezes maior a chance de ocorrer a doença em uma próxima gestação (5).

As pessoas têm opiniões positivas ou negativas sobre si mesmas e a auto estima é uma avaliação sobre o seu próprio valor baseado em sua própria opinião. Uma avaliação ruim confere uma baixa auto estima e uma boa auto avaliação confere uma alta auto estima. Nas mulheres essa avaliação é muito influenciada pela percepção delas sobre seu corpo (10), o que é ainda mais acentuado no período pós gravidez em que comumente a soma das alterações hormonais com as alterações físicas ocasionam uma baixa auto estima na maioria das vezes. Além disso, cerca de um terço dos pacientes que possuem distúrbios na pele sofrem de problemas emocionais e psicológicos afetando relacionamentos pessoais, sociais e profissionais, condição muito ocasionada em mulheres grávidas. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é comparar a influência do melasma na autoestima da mulher pós parto frente às outras alterações estéticas mais frequentes, verificando qual das alterações estéticas mais comuns impacta mais na autoestima de mulheres no pós-parto.

2 METODOLOGIA

As voluntárias serão recrutadas na Unidade 2 do Complexo de Saúde Dr. Wladimir Arruda por convite pessoal. após o aceite do termo de consentimento livre e esclarecido digital, será feito um questionário com 17 perguntas através de google forms para 80 mulheres que estão no período pós parto até um ano após sua última gravidez. O questionário abordará, além dos dados pessoais sigilosos, questões acerca da auto-percepção das alterações físicas após a gestação. A cada critério será atribuída uma pontuação que será posteriormente usada na análise dos resultados. Portanto, será um estudo qualitativo por meio de uma pesquisa transversal.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao questionarmos as 81 mulheres sobre qual alteração estética no pós parto as incomodava mais, visávamos avaliar qual delas era mais relevante para sua auto-estima e visão de si mesma que, como dito na introdução, pode trazer consequências negativas no psicológico e se tornar patológico já que estas insatisfações com sua aparência física aumentam as chances de depressão, que já são altas em mulheres neste período (2).

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA:

Para esse estudo foram selecionadas 81 mulheres que tiveram filhos há 1 ano ou menos. Dessa amostra, a maior parte das mulheres tinha entre 18 e 24 anos (28%) e era branca (48%). Em relação à idade, 25% tinham entre 25 e 30 anos, 20% entre 31 e 35, 21% entre 36 e 40 e apenas 6% da amostra tinha entre 41 e 45 anos. Já em relação à cor da pele, 36% das mulheres se consideram pardas, 15% negras, 1% indígena e nenhuma mulher da amostra se considera amarela (TABELA 1).

TABELA 1: distribuição da população estudada de acordo com a idade e cor da pele.

Idade	Quantidade	%	Cor da pele	Quantidade	%
18-24	23	28%	Branca	39	48%
25-30	20	25%	Parda	29	36%
31-35	16	20%	Negra	12	15%
36-40	17	21%	Indígena	1	1%
41-45	5	6%	Amarela	0	0%

As mulheres entrevistadas possuíam filhos nascidos há menos de 1 ano (88%) e filhos nascidos há um ano (12%), a maioria delas tem 1 filho (44%), já as que tem 2 filhos representam 33% da amostra, 3 filhos (17%), 4 filhos (4%) e 5 filhos ou mais (1%), nenhuma das mulheres que participaram do estudo estavam grávidas no momento da realização do questionário (TABELA 2).

TABELA 2: distribuição da população estudada de acordo com a quantidade de filhos, tempo de último parto e gravidez no momento.

Tempo do último parto	Quantidade e %	Quantidade de filhos	Quantidade e %	Grávidas	Quantidade e %
Menos de 1 ano	71 88%	1 filho	36 44%	Sim	0 0%
1 ano	10 12%	2 filhos	27 33%	Não	81 100%
		3 filhos	14 17%		
		4 filhos	3 4%		
		5 filhos ou mais	1 1%		

3.2 ALTERAÇÃO DE PESO DA AMOSTRA:

Dentre as mulheres que responderam se incomodar mais com sua alteração de peso após a gravidez, 39% aumentaram 1 ponto na escala de Stunkard, 33% aumentaram 2 pontos, 12% diminuíram 1 ponto, 6% aumentaram 1 ponto, 6% diminuíram 2 pontos e 3% aumentaram 4 pontos. (TABELA 3).

A alteração de peso foi definida como a mais incômoda por elas, representando 40% das respostas, destas, 82% obtiveram aumento de 1 a 4 pontos na escala de Stunkard e 18% tiveram diminuição de 1 a 3 pontos em comparação a sua silhueta antes da sua última gravidez, tal resultado mostra que o aumento de peso é mais incômodo pelas mulheres que sua perda. Isso pode se justificar pela cultura ocidental que promove um discurso de culto à magreza e fez com que as mulheres acreditassem que a mesma é sinônimo de saúde e beleza (11). O histórico desse fenômeno tem relação com a mudança de padrão de beleza nos anos 60 que passou de corpos robustos para manequins magros e se intensificou nos anos 80 (13). Esta alteração é de extrema importância de ser avaliada uma vez que mulheres no pós parto já estão mais suscetíveis a desenvolverem quadros psiquiátricos (2) e além disso compõem o gênero mais prevalente quando se trata de transtornos

alimentares, visto que 95% dos casos de anorexia e bulimia nervosa ocorre em mulheres (12).

TABELA 3: Diferença de peso da população estudada no pós parto

Diferença de peso	Quantidade	%
1+	13	39%
2+	11	33%
3+	2	6%
4+	1	3%
1-	4	12%
2-	2	6%
3-	0	0%

3.3 ESTRIAS:

A segunda alteração estética que mais incomoda as mulheres entrevistadas são as estrias, sendo mencionada como incômodo por 29% das pacientes. Ao analisar a amostra como um todo, 55% das entrevistadas possuem estrias brancas, entretanto, apenas 29% se incomoda com elas, enquanto que das 18% da amostra total que possuem estrias vermelhas, 40% fica incomodada. Já com relação a estrias hipertróficas, 6% das mulheres possuem-a e 60% relataram incômodo, o mesmo acontece com as estrias atróficas, que representam apenas 3% da amostra total mas o incômodo é prevalente em 67% das acometidas (TABELA 4). Isto mostra que as estrias atróficas e hipertróficas são mais incômodas que as outras em comparação com sua recorrência, isto pode ser explicado por serem tipos de estrias menos comuns, com isso as mulheres sentem que por serem diferentes da maioria da população elas se incomodam mais em apresentá-las. Vale ressaltar que as estrias aparecem inicialmente na forma avermelhada e edemaciadas e após 4 a 18 meses que tornam-se mascaradas que são esbranquiçadas e com aspecto lustroso, esta diferença de coloração depende da associação dos componentes microvascular e o tamanho da atividade dos melanócitos (14), isto mostra que as mulheres que possuem estrias brancas já possuíam elas a mais de 18 meses no mínimo, portanto, provavelmente as adquiriram antes da gravidez, não sendo um incômodo agora, provavelmente por serem lesões mais velhas, já as estrias vermelhas foram adquiridas pela gravidez sendo uma lesão nova e incomodando mais mulheres que as possuíam (40%).

TABELA 4: Tipo de estria em relação ao incômodo da população estudada

Tipo de estria	Quantidade	%	Incômodo	%
Branca	45	55	13	29
Vermelha	15	18	6	40
Hipertrófica	5	6	3	60
Atrófica	3	3	2	67

3.4 MELASMA:

Das 81 mulheres participantes da pesquisa, 32% respondeu ter melasma em uma ou mais áreas do rosto, destas, 53% disseram ser a alteração estética que mais as incomodava sendo que 92% possuíam o melasma em mais de uma área do rosto - dado que entra em concordância com a literatura, uma vez que o padrão clínico mais comum do melasma é o centro-facial que envolve a área da testa, bochechas, lábio superior e queixo (7) - e 42% relataram que ao saírem de casa sem maquiagem se sentiam incomodadas (TABELA 5), informação que evidencia o quão impactante é o melasma para a autoestima dessas mulheres uma vez que a mesma é uma avaliação sobre o seu próprio valor baseado em sua própria opinião (10) e, neste caso, ao se sentir incomodada e envergonhada por sair de casa sem maquiagem, podemos inferir o quão comprometida está a autoestima dessa mulher em virtude desta alteração estética, o que pode trazer consequências psicológicas ainda mais graves. Com relação a amostra total de mulheres que possuíam melasma, 46% tinham fototipo 2, 35% fototipo 5 e 15% fototipo 6 pela escala de Fitzpatrick. Porém deve-se lembrar que 48% da amostra total é representada pelo fototipo 2, 35% pelo fototipo 5 e somente 15% pelo fototipo 6 (TABELA 6). Isto pode ser explicado pela população da amostra já que o estudo foi realizado no Brasil, país miscigenado e latino americano, portanto as mulheres que se autodeclararam brancas, no fototipo 2, provavelmente devem possuir alguma miscigenação que as confere maior probabilidade de possuir melasma, condição que na literatura diz-se estar mais presente em pacientes com fototipo III,IV,V (5). Isso pode ser considerado uma fraqueza do estudo, o ideal seria repeti-lo utilizando uma padronização dos fototipos.

TABELA 5: Relação entre área acometida, grau e se sai sem maquiagem das mulheres acometidas pelo melasma.

	Área acometida	Grau	Sai sem maquiagem?
1	Uma letra		4 Sai mas se incomoda
2	Duas letras		1 Sai sem problemas
3	Duas letras		1 Sai sem problemas
4	Duas letras		4 Sai mas se incomoda
5	Duas letras		4 Sai mas se incomoda
6	Duas letras		2 Sai mas se incomoda
7	Duas letras		2 Sai sem problemas
8	Três letras		4 Sai sem problemas
9	Três letras		1 Sai sem problemas
10	Duas letras		4 Sai sem problemas
11	Três letras		1 Sai sem problemas
12	Duas letras		3 Sai sem problemas
13	Duas letras		2 Sai mas se incomoda
14	Duas letras		1 Sai mas se incomoda

TABELA 6: Fototipo conforme quantidade de mulheres acometidas por melasma.

Fototipo	Quantidade	Porcentagem
1	0	0%
2	12	46%
3	0	0%
4	0	0%
5	9	35%
6	4	15%

3.5 VARIZES

Por fim, as varizes foram relatadas como a alteração estética mais incômoda por 10 mulheres, ou seja, 12% da amostra. Destas, 80% relataram que possuem-as no grau C1, 10% no C2 e 10% no grau C3 (TABELA 7), sendo assim, pode-se inferir que mesmo quando presente no menor grau da escala, as varizes incomodam de maneira expoente essas mulheres, impactando em sua autoestima.

TABELA 7: Relação entre grau de varizes e mulheres que disseram se incomodar com varizes.

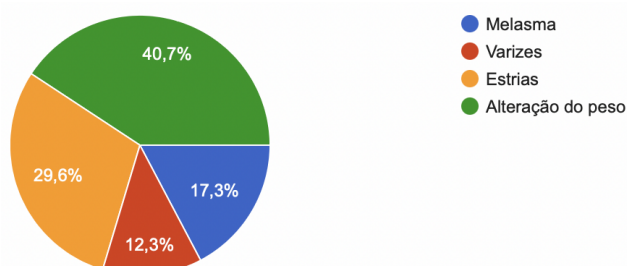
Grau de varizes	Quantidade	Porcentagem
C1	8	80%
C2	1	10%
C3	1	10%
C4	0	0%

C5	0	0%
C6	0	0%

3.6 PERCEPÇÃO DAS PACIENTES ACERCA DAS ALTERAÇÕES PÓS-PARTO

Ao serem questionadas sobre qual alteração estética mais incomodava, 40,7% das mulheres disse se incomodar mais com a alteração de peso, 29,6% referiram se incomodar com suas estrias, 17,3% com o melasma e 12,3% com suas varizes. (GRÁFICO 1)

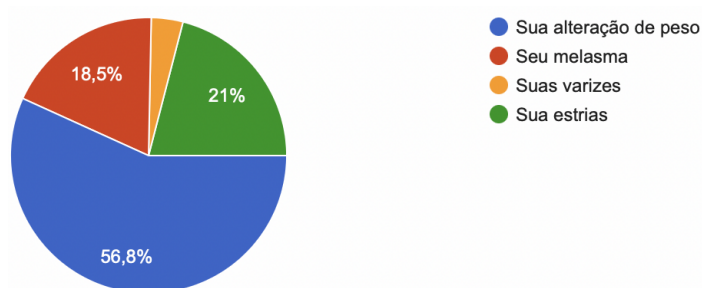
GRÁFICO 1: população estudada em relação a alteração pós parto que mais as incomodava.



Quando questionadas sobre qual alteração estética essas mulheres percebiam primeiro ao se olhar no espelho, não necessariamente incomodando-as mas sim o que mais as chamava atenção. A ordem das respostas permaneceu as mesmas, entretanto, um número maior de mulheres respondeu perceber primeiro sua alteração de peso, constituindo 56,8% da amostra, seguida das estrias correspondendo a 21%, melasma com 18,5% e varizes representando 3,7% do número total de entrevistadas (GRÁFICO 2). Este aumento importante entre o número de mulheres que se incomodavam com sua alteração de peso (40,7%) e as que percebiam primeiro esta alteração ao olharem-se no espelho (56,8%) tem relação com o fato de que 52% das mulheres brasileiras apresentam ganho de peso gestacional excessivo (15), sendo assim, acreditamos que essa diferença de 16% seja devido a esta ser uma alteração comum dentre a sociedade, o que faz com que, apesar de estas mulheres perceberem e reconhecerem esta alteração de peso, elas não se sintam que essa seja a alteração estética que mais as incomoda quando estão sozinhas.

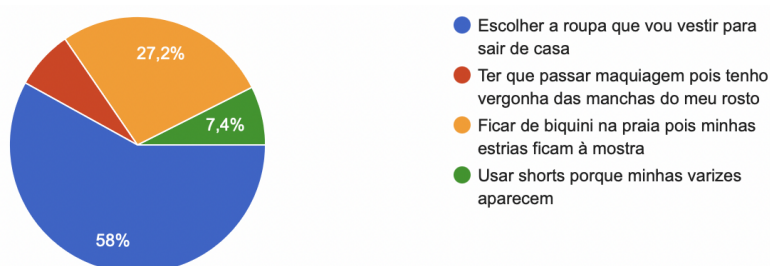
GRÁFICO 2: população estudada em relação a alteração pós parto que

primeiro percebiam ao se olharem no espelho.



Entretanto, quando se trata de olhares externos, ainda mais mulheres dizem se incomodar em escolher a roupa que irá vestir para sair de casa (58%) sendo que somente 40% referiu a alteração de peso como a mais incômoda, com esta pergunta nosso objetivo era avaliar qual aspecto mais as preocupa que os outros vejam que elas possuem. Isto pode se explicar pela sociedade em que vivemos, que elas possuem vergonha de que os outros a vejam fora do seu peso habitual porém no seu íntimo isto não é um incômodo, justificando esta diferença de 10%. Se tratando das demais alterações, ficar de biquíni a praia e com as estrias amostras se mostrou como principal fator de incômodo para 27% das mulheres, enquanto que passar maquiagem para esconder as manchas do seu rosto e usar shorts que deixam as varizes em evidência só foram relatados como fator principal por 7,4% das entrevistadas. (GRÁFICO 3)

GRÁFICO 3: população estudada em relação a situação que as deixa mais desconfortáveis.



4 CONCLUSÃO/ CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos concluir que nossa hipótese foi refutada já que o melasma não foi a alteração estética que mais incomoda as mulheres e sim a alteração de peso, porém ele é um importante fator na vida das que o possuem. Acreditamos que isto pode ser explicado por na sociedade em que vivemos o peso ser um fator muito comum de comparação entre mulheres se tornando

algo primordial para a auto-estima das mesmas, além do fato de não ser possível sua total camuflagem. E ao contrário disto o melasma não é tão conhecido pela população por ser menos recorrente e por ser mais fácil de esconder com maquiagem. Portanto, faz-se necessário a atenção global e individual das variações estéticas pós-parto, de forma a garantir tanto a saúde física quanto a emocional dessas mulheres.

REFERÊNCIAS

1. Garcia AMA, et al. Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão integrativa. Research, Society and Development [Internet]. 2020 Aug 09 [cited 2023 May 10]:e14996332. DOI <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.6332>.
2. Riesco-González FJ, et al. Body Image Dissatisfaction as a Risk Factor for Postpartum Depression. Medicina [Internet]. 2022 May 31 [cited 2023 May 10]:752. DOI <https://doi.org/10.3390/medicina58060752>.
3. Doolan BJ, et al. Melasma. The Royal Australian College of General Practitioners [Internet]. 2021 Dec 01 [cited 2023 May 10]:880-885. DOI <https://doi.org/10.31128/ajgp-05-21-6002>.
4. Sociedade Brasileira de Dermatologia [Internet]. [place unknown]; 2018 Dec 10. Melasma; [cited 2023 May 10]; Available from: <https://www.sbd.org.br/doencas/melasma/>.
5. Handel AC, et al. Melasma: a clinical and epidemiological review. Anais Brasileiros de Dermatologia [Internet]. 2013 Sep 20 [cited 2023 May 10]:771-782. DOI <https://doi.org/10.1590%2Fabd1806-4841.20143063>.
6. Sociedade Brasileira de Dermatologia [Internet]. Classificação dos fototipos de pele; [cited 2023 May 10];
7. Mascena TCF. Melasmas e suas principais formas de tratamento [Monografia on the Internet]. [place unknown]: Instituto Nacional de Ensino Superior e pesquisa e Centro de Capacitação Educacional; 2016 [cited 2023 May 10].
8. Basit H, Godse KV, Al Aboud AM. Melasma. [Updated 2022 Aug 8]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-.

9. Espósito ACC. Update on Melasma - Part I: Pathogenesis. Melasma [Internet]. 2022 Jul 29 [cited 2023 May 10]:1967-1988. DOI <https://doi.org/10.1007/s13555-022-00779-x>.
10. Kuck N, et al. Body dysmorphic disorder and self-esteem: a meta-analysis. BMC Psychiatry [Internet]. 2021 Jun 15 [cited 2023 May 10]:310. DOI <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03185-3>.
11. Gois Ísis, Faria AL de. A CULTURA DA MAGREZA COMO FATOR SOCIAL NA ETIOLOGIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM MULHERES: UMA REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA: doi.org/10.29327/217514.7.1-12. REASE [Internet]. 30º de janeiro de 2021 [citado 12º de abril de 2024];7(1):18. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/440>
12. Oliveira, Letícia, Hutz, Cláudio. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. Psicologia em Estudo [Internet]. 2011 Jan 06 [cited 2024 Apr 15];15(3):575-582. Available from: <https://www.scielo.br/j/pe/a/MGVrVGGrjn8VPDYyCqdmNLj/>.
13. Samuel LZ, Polli GM. Representações sociais e transtornos alimentares: revisão sistemática. Boletim - Academia Paulista de Psicologia [Internet]. 2020 Jun 1;40(98):91–9. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100010
14. Antunes Auvani, Júnior S, Pereira R, Da Silva G, Lino V, Silva S, et al. ESTRIAS: FISIOPATOLOGIA, PRINCIPAIS TRATAMENTOS ESTÉTICOS [Internet]. Available from: https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/estrias_fisiopatologia_principais_tratamentos_esteticos.pdf
15. Ganho de peso excessivo na gestação é fator de risco para o excesso de peso em mulheres. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia [Internet]. 2014 Feb 03 [cited 2024 Apr 15];12(35):536-540. DOI <https://doi.org/10.1590/S0100-72032013001200002>.