

**AVALIAÇÃO DAS QUEIXAS INESTÉTICAS DO PÚBLICO
MASCULINO PRATICANTE DE EXERCÍCIO FÍSICO NO MUNICÍPIO DE
BALNEÁRIO RINCÃO – SC**

**EVALUATION OF THE INESTICAL COMPLAINTS OF THE PRACTICAL MALE
PUBLIC OF PHYSICAL EXERCISE IN THE MUNICIPALITY OF BALNEÁRIO
RINCÃO – SC**

Monique Lemos Santa Helena*

Graciela Freitas Zarbato**

Resumo: A busca incessante por uma melhor aparência física é um fenômeno sociocultural. Percebe-se que o segmento da estética e beleza expande-se também para o público masculino. É notável nas últimas décadas o aumento da vaidade masculina e a importância que os homens dão para uma boa aparência. Para tanto, a preocupação com a pele e também as mudanças advindas do envelhecimento estão favorecendo o crescimento por cuidados e tratamentos estéticos, tanto corporal quanto facial. **Objetivo:** identificar as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia de musculação *Body Fit*, situada no município de Balneário Rincão – SC. **Materiais e métodos:** Foram entrevistados 36 homens praticantes de exercício físico, com idade entre 18 a 70 anos. Para coleta de dados foram aplicados questionários com perguntas semi-estruturadas no período de junho de 2019. Os dados levantados no questionário estavam relacionados ao perfil dos participantes, idade, queixas inestéticas corporais e ou faciais do público masculino. Os dados obtidos foram tabulados em planilha Excel 2010 e a análise dos resultados através da estatística descritiva e da avaliação da distribuição da frequência. A frequência foi descrita em forma de porcentagem em cada uma das respostas do questionário aplicado. **Resultados:** O estudo demonstrou que a amostra participante da pesquisa é, em sua maioria (69%), com idade entre 18 – 35 anos. No que se refere ao local da queixa, ambas (faciais e corporais) são prevalentes em (42%) dos entrevistados, mas a corporal ainda incomoda mais com (39%) do que facial com (19%) dos entrevistados. Com relação à queixa facial, a que mais incomoda esse público é a acne com (59%). E com relação à queixa corporal, os homens relataram a adiposidade localizada, sendo a queixa mais relevante com (48%). **Conclusão:** Após análise dos resultados, caracteriza-se que a maioria dos homens praticantes de exercício físico, frequentadores ativos da academia *Body Fit* do município de Balneário Rincão – SC, com idade de 18 – 70 anos, apresentam-se com maior queixa corporal do que facial, sendo que a principal queixa corporal foi à adiposidade localizada e a principal queixa facial foi à acne. **Palavras-chave:** Atividade Física. Estética. Beleza.

Abstract: The incessant search for a better physical appearance is a sociocultural phenomenon. It is noticed that the segment of esthetics and beauty also expands for the male audience. It is remarkable in the last decades the increase of the masculine vanity and the importance that the men give to a good appearance. For both the concern with the skin and

*Acadêmica do curso de Especialização em Estética e Bem Estar da Universidade do Sul de Santa Catarina Unisul. E-mail: nique_1@hotmail.com

**Professora Orientadora do Curso de Especialização em Estética e Bem Estar da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul E-mail: graciela_fz@hotmail.com

also the changes coming from aging, are favoring the growth by aesthetic treatments and treatments, both corporal and facial. Objective: To identify the non-aesthetic complaints of the male exercising public at the Body Fit gym, located in the city of Balneário Rincão – SC. MATERIALS AND METHODS: Thirty six physical exercise men aged 18 to 70 years were interviewed. For data collection, questionnaires with semi-structured questions were applied in the period of June 2019. The data collected in the questionnaire were related to the profile of the participants, age, non-aesthetic corporal and facial complaints of the male audience. The data obtained were tabulated in Excel 2010 worksheet and the analysis of the results through descriptive statistics through the evaluation of the frequency distribution. The frequency was described as a percentage in each of the answers to the questionnaire applied. Results: The study showed that the sample that participates in the survey is mostly (69%) aged 18-35 years. As far as the complaint site is concerned, both (facial and body) are prevalent in (42%) of the interviewees, but the body still bothers more (39%) than facial (19%) of respondents. Regarding the facial complaint that most annoys this public is acne with (59%). And in relation to the body complaint the men reported the localized adiposity being the most relevant complaint with (48%). Conclusion: After analyzing the results, it is characterized that the majority of physical exercise men, active participants of the Body Fit gymnasium of the city of Balneário Rincão – SC, aged 18 – 70 years, presented with a greater body complaint than facial, and the main body complaint was localized adiposity, and the main facial complaint was acne.

Keywords: Physical Activity. Aesthetics. Beauty.

1 INTRODUÇÃO

A pele recobre a superfície de aproximadamente 2 metros quadrados do corpo, sendo o maior órgão do corpo humano e a principal barreira física contra o meio externo. Embora a pele desempenhe diversas funções vitais de comunicação e controle, que garantem a homeostase do organismo, por muitos anos este órgão foi considerado apenas uma barreira contra agentes externos (WILLIAMS; KUPPER, 1996).

É formada por tecidos de origem ectodérmica e mesodérmica que se arranjam em três camadas distintas, com propriedades particulares: epiderme, derme e hipoderme. Esta última não é considerada por muitos autores como parte integrante da pele, embora seja estudada dentro do sistema tegumentar (MENDONÇA; RODRIGUES, 2011).

Com o passar da idade há uma diminuição da espessura epiderme-derme, redução da elastina, das glândulas sebáceas e sudoríparas e há um comprometimento na resposta imunológica e na fragilidade dos vasos sanguíneos (MENOITA; SANTOS; SANTOS, 2013). Devido a este fato, e com todas essas mudanças físicas, químicas e biológicas advindas com o envelhecimento cutâneo, algo que vem preocupando muito a população é a aparência física, imagem corporal, junto com o cuidado com a pele, principalmente para mantê-la jovem por

muito mais tempo, retardando, ao máximo, as marcas do envelhecimento (DECCACHE, 2006).

O conceito de imagem corporal é a maneira pela qual a aparência física aparece para o indivíduo, correspondendo à representação mental do próprio corpo. As mudanças físicas que ocorrem com o envelhecimento, de maneira gradual, trazem para o indivíduo uma modificação de sua própria imagem e, muitas vezes, podem ocasionar uma diferença entre a imagem desejada e a imagem real (SKOPINSKI; RESENDE; SCHNEIDE, 2015). Alguns autores consideram existir forte tendência cultural em considerar a magreza como uma situação ideal de aceitação social para mulheres. Por outro lado, para os homens ocorre a tendência de se acatar, como ideal, um corpo mais forte ou mais volumoso (DAMASCENO et al., 2005).

A busca incessante por uma melhor aparência física dos praticantes de atividade física é um fenômeno sociocultural muitas vezes mais significativo do que a própria satisfação econômica, afetiva ou profissional (NOVAES, 2001). Neste sentido, o crescimento da procura por tratamentos estéticos no mundo vem crescendo largamente desde a última década a fim de minimizar as queixas inestéticas (BARROS; OLIVEIRA, 2017).

Justifica-se a realização deste estudo o conhecimento acerca das disfunções inestéticas dos homens, visto que os mesmos estão se tornando bastante vaidosos e buscando clínicas de estética que oferecem tratamentos específicos, rápidos e eficazes. Ademais, vindo, com isso, a preocupação dos profissionais em propor tratamentos personalizados de acordo com cada queixa em particular, para, assim, verificar e propor a técnica que apresentará o melhor resultado para esse público em questão.

Desta forma, esta pesquisa é de suma importância para ampliar os estudos acerca das queixas inestéticas dos homens, de modo a oferecer conceitos necessários e atualizados da área, além de proporcionar um maior conhecimento sobre as características dos pacientes e do público masculino que necessita do tratamento fisioterapêutico dermato-funcional para melhorar a satisfação com a relação a sua imagem corporal. Com base nisso, a pergunta de pesquisa é: Quais as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia *Body Fit* do município de Balneário Rincão – SC?

Destarte, este estudo tem como objetivo geral: identificar as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia *Body Fit* situada no município de Balneário Rincão – SC. E como objetivos específicos: Identificar as queixas inestéticas corporais dos homens de Balneário Rincão – SC; Identificar as queixas inestéticas faciais dos homens de Balneário Rincão – SC; Identificar os locais do corpo acometidos pela queixa

inestética dos homens de Balneário Rincão – SC; Identificar os locais da face mais acometidos pela queixa inestética dos homens de Balneário Rincão – SC; Identificar o nível de insatisfação com a queixa inestética corporal e facial; Identificar os cuidados faciais e corporais realizados pelos homens de Balneário Rincão – SC.

2 DISFUNÇÕES ESTÉTICAS

A fisioterapia dermatofuncional é uma área de atuação de surgimento relativamente recente, que se tornou mais popular no Brasil no início dos anos 90, necessitando, ainda, de muita fundamentação teórica para a aplicação clínica de seus conceitos. Também chamada, inicialmente, de Fisioterapia Estética, seus tratamentos estéticos eram tratados como empíricos, devido a falta de comprovação científica. Hoje, a fisioterapia dermatofuncional evoluiu e traz a formação de profissionais especializados com base científica em todas as aplicações e ações terapêuticas (OLIVEIRA et al., 2011).

No *Guidetophysicaltherapistpractice* (guia para prática do fisioterapeuta), publicado pela Associação Norte-americana de Fisioterapia (APTA) em 2001, diz ser essa área referida como responsável pela manutenção da integridade do sistema tegumentar como um todo, incluindo as alterações superficiais da pele. Para a APTA, a responsabilidade do fisioterapeuta está não somente em manter e promover a ótima função física, mas também o bem-estar e a qualidade de vida (MILANI; JOÃO; FARAH, 2006).

Para tanto, ao assistir indivíduos com disfunções do sistema tegumentar e linfático, possibilita o melhoramento e a restauração de desvios estéticos (aparência) e da autoestima, em especial aos relacionados à saúde funcional com vistas à qualidade de vida dos usuários (OLIVEIRA et al., 2011).

O tegumento recobre toda a superfície do corpo e é constituído por uma porção epitelial, a epiderme, e uma porção conjuntiva, a derme. E em continuidade com a derme está à hipoderme, tela subcutânea, que embora tenha a mesma origem e morfologia da derme, não faz parte da pele, a qual é formada apenas por duas camadas (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

A epiderme é a camada avascular da pele e a mais externa do corpo, sendo subdividida em cinco camadas: a basal, espinhosa, granulosa, lúcida e a córnea. A camada basal é a mais profunda, sendo responsável pela renovação da epiderme. A camada espinhosa apresenta células com aspectos espinhosos, tem função de manutenção da coesão das células da epiderme. A camada granulosa é repleta de grânulos de cerato-hialina, formados a partir da eliminação de água pelos ceratinócitos. A camada lúcida é composta por células anucleadas e

achatadas, encontradas em regiões palmares e plantares. E a camada córnea é a mais superficial, que consiste em células intimamente ligadas e mortas possuindo um alto nível de queratina (FERRO; SANTOS, 2017).

Dentre suas inúmeras funções, conferem proteção contra os agentes físico-químicos do ambiente e os micro-organismos parasitas (BORGES, 2006).

Abaixo da epiderme fica a principal massa de pele, a derme, um tecido forte, maleável, com propriedades visco-elástico e que consiste em um tecido conjuntivo frouxo composto de proteínas fibras elásticas e reticulares (colágeno e elastina), sendo suprida por vasos sanguíneos, vasos linfáticos e nervos (MENDONÇA; RODRIGUES, 2011).

Já a hipoderme, também conhecida como tecido subcutâneo ou camada subcutânea, é a camada mais profunda da pele formada por adipócitos. Sua função abrange proteção mecânica, fornecimento de energia, termo regulação e forma ao corpo (GUSSO; LOPES, 2012). Formada por tecido conjuntivo frouxo, que une de maneira pouco firme a derme. É a camada responsável pelo deslizamento da pele sobre as estruturas nas quais se apoia. A hipoderme interage com os estímulos nervosos, vasculares e endócrinos e é, a partir dela, que os processos metabólicos e de nutrição da derme e epiderme são possíveis (MEDEIROS, 2018).

A atuação da fisioterapia dermatofuncional é bem ampla e variada, tanto no aspecto preventivo como de reabilitação, dentro das seguintes subáreas: disfunções dermatológicas, como dermatoses, acne, melasma, disfunções vasculares, como fleboedemas, lipedemas, linfedemas; disfunções da cicatrização, como queimaduras, cicatrizes hipertróficas, queloides, deiscências, aderências, úlceras; disfunções estéticas, como fibroedema gelóide, estrias, lipodistrofias; e pós-operatórios de cirurgias plásticas reparadoras com ou sem linfadenectomias, de cirurgias plásticas estéticas e de cirurgias vasculares, dentre outras (TACANI; MACHADO; TACANI, 2009).

Acne: É uma afecção dermatológica que atinge as unidades pilosebáceas de algumas áreas do corpo, sendo bastante frequente entre os adolescentes (80%) (MANFRINATO, 2009).

Observa-se, frequentemente, que a acne acomete 95% dos meninos e 83% das meninas com 16 anos de idade e pode chegar a 100% em ambos os sexos. Seu aparecimento e prevalência são maiores entre os pacientes do sexo masculino, graças à influência androgênica. É a doença que sofre importante impacto genético, o qual se dá somente sobre o controle hormonal, a hiperqueratinização folicular e a secreção sebácea (COSTA; LAGE; MOISÉS, 2010).

Quatro são os principais pilares da patogênese da acne: a comedogênese (formação do comedo), a produção de sebo, a colonização bacteriana pelo *Propionibacterium acnes* (P. Acnes) e o processo inflamatório. Os dois primeiros são diretamente favorecidos pela mudança dos padrões estruturais da glândula por estímulo hormonal. Além da barreira mecânica produzida pelo comedo, existe também uma hiperestimulação androgênica para a produção da secreção sebácea. A produção de sebo retida pelo comedo oclusivo propicia a colonização principalmente bacteriana pelo P. Acnes, bem como a instalação do processo inflamatório e infeccioso em toda a glândula (BRENNER et al., 2006).

Melasma: O melasma é definido como uma dermatose adquirida, causando no organismo um excesso de pigmentação irregular de extensão e tons variados, localizada na face, tem característica crônica com manchas acastanhadas simétricas e assintomáticas, prevalece no sexo feminino (90%), ocorre principalmente durante o período reprodutivo (FERRERO; SANTOS, 2017).

Estrias: São rupturas das fibras elásticas, localizadas na segunda camada da pele, a derme. Este rompimento gera atrofia, sendo definida como atrofia tegumentar adquirida, linear, com um ou mais milímetros de largura (MENDONÇA; RODRIGUES, 2011). Inicialmente têm aspecto eritematoso violáceas, finas e podem gerar pruridos. Com a evolução do quadro, adquirem o aspecto esbranquiçado, quase nacarado, tornando-se mais largas. Podem estar relacionadas a alterações endocrinológicas, principalmente associadas à corticoides e ao estrógeno (MILANI; JOÃO; FARAH, 2006).

Fibro Edema Gelóide (FEG): comumente conhecido como “celulite”, é uma afecção inflamatória do tecido conjuntivo, que ocorre devido a alterações circulatórias e que gera modificações na substância fundamental amorfa. Esse processo culmina com o acúmulo de edema e nódulos fibróticos, que irão favorecer a formação de relevos cutâneos e possível sensação dolorosa, principalmente na região das nádegas, coxas e abdômen (SILVA et al., 2014).

Os critérios de classificação variam de acordo com as alterações histopatológicas. O FEG pode ser classificado em graus de severidade, sendo eles: grau I - a celulite só é visível através da compressão do tecido entre os dedos ou da contração muscular voluntária; grau II - as depressões são visíveis mesmo sem a compressão dos tecidos; grau III - o acometimento tecidual pode ser observado quando o indivíduo estiver em qualquer posição; e o grau IV - tem as mesmas características do grau III, com nódulos mais palpáveis, visíveis e dolorosos, além de aderência nos níveis profundos e aparecimento de um ondulado óbvio na superfície

da pele. Podendo ser ainda classificados em compacta ou dura, flácida, mista e edematosa quanto a sua forma clínica (SILVA et al., 2014).

O envelhecimento cutâneo: É um processo contínuo e inevitável, entretanto, quando o indivíduo atinge os 30 anos de idade, os sinais deste processo, como as rugas e a flacidez, ficam mais aparentes (MACHADO; CAVALIÉRE, 2010). Pode ser definido como um processo natural do nosso corpo. Envolve um conjunto de alterações morfológicas, fisiológicas e bioquímicas inevitáveis que ocorrem, progressivamente, no organismo ao longo de nossas vidas (LEÃO; MEJIA, 2012).

Segundo Macedo e Tenório (2015), o envelhecimento torna a pele mais delgada, enrugada e ressecada. As fibras colágenas da derme tornam-se mais grossas, as fibras elásticas perdem parte de sua elasticidade e há um decréscimo gradual da gordura depositada no tecido subcutâneo. Essas alterações propiciam uma menor velocidade de troca de oxigenação dos tecidos, maior desidratação da pele, tornando-a menos flexível, tendo como consequências o aparecimento de flacidez e das rugas.

Rugas: As rugas são sulcos ou pregas da superfície da pele e correspondem ao sinal mais aparente do envelhecimento, elas podem ser classificadas como superficiais ou profundas. As superficiais são aquelas que desaparecem quando realizado o estiramento da pele, já as profundas não sofrem alteração mesmo quando a pele é estirada. As rugas ainda podem ser classificadas como estáticas, dinâmicas ou gravitacionais. As estáticas são consequências da fadiga das estruturas que constituem a pele, em decorrência da repetição dos movimentos e aparecem mesmo na ausência deles. As dinâmicas surgem como consequências de movimentos repetitivos da expressão facial, aparecem apenas com o movimento, já as rugas gravitacionais são consequentes da flacidez do envelhecimento facial (SOUSA, 2016).

Vale ressaltar que, além do aspecto inestético aparente, as rugas podem causar distúrbios psicológicos, emocionais, comprometendo a vida social, o que influenciará na qualidade de vida do indivíduo (SOUZA et al., 2007).

Flacidez de pele: Refere-se à diminuição do tônus muscular, estando o músculo pouco consistente. Esta situação pode apresentar-se de duas formas distintas: a flacidez muscular e a da pele. É muito comum que os dois tipos apareçam associados, dando aspecto ainda pior às partes do corpo afetadas pelo problema. Os músculos ficam flácidos, principalmente por causa da falta de exercícios físicos. Se eles não são solicitados, as fibras musculares ficam hipoatrofiadas e flácidas (MENDONÇA; RODRIGUES, 2011).

A flacidez da pele é devida ao comportamento visco-elástico que, quando seu limite elástico é ultrapassado por algum motivo - exemplo em magros que se tornam obesos

em curto período de tempo e depois emagrecem novamente -, ao cessar o estímulo, ela não volta ao seu tamanho original (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

Lipodistrofia Localizada: A Lipodistrofia Localizada (LL) é conceituada como o acúmulo de tecido adiposo em certas regiões do corpo, através de uma pré-disposição individual. Mesmo sujeitos aparentemente magros podem acumular adiposidade em uma área específica, não se obtendo uma relação direta entre obesidade e lipodistrofia localizada. Estima-se que 70% dos brasileiros adultos possuem deposição de gordura em nível abdominal e que procuram alternativas de tratamento como atividade física, fisioterapia, acompanhamento nutricional e/ou medicamentoso com propósito de reduzir o perímetro abdominal (GONÇALVES; MADEIRA; SILVA, 2017).

É classificada pelo espaço em que está posicionada, podendo ser: andróide ou central, na qual a gordura se encontra no abdômen e é mais comum no sexo masculino; ginóide ou periférica, seu acúmulo está nas coxas e quadril, comumente encontrado em mulheres; e mista, quando há associação da andróide e ginóide (MELLO et al., 2010). Considerada a principal alteração estética que se percebe nos dias atuais, muitas vezes está associada com problemas psicológicos e sociais, pois aos olhos críticos, está fora do padrão de beleza imposto pela sociedade e estes motivos levam à busca por tratamentos estéticos capazes de melhorar essa disfunção (MACHADO et al., 2017).

Com o aumento do tecido adiposo ocorrem alterações estéticas no ser humano, uma vez que apenas dietas controladas não são suficientes para reduzir a LL do abdômen e dos flancos, de modo que tratamentos adicionais se fazem necessários (CARDOSO; PEREIRA; MACEDO, 2016). Tendo como consequência o aumento da procura por tratamentos estéticos, na tentativa de reduzir a LL através de recursos que facilitem o processo de lipólise. Neste sentido a Fisioterapia Dermato-funcional atua de maneira a auxiliar na promoção da manutenção da integridade do sistema tegumentar, utilizando distintos recursos fisioterapêuticos (GONÇALVES; MADEIRA; SILVA, 2017).

Pré e pós-operatório de cirurgias plásticas: O ato cirúrgico constitui uma agressão tecidual que, mesmo bem diferenciado, pode prejudicar a funcionalidade desses tecidos. Uma vez que o cirurgião e o paciente percebam os resultados de um tratamento adequado, a fisioterapia torna-se praticamente obrigatória e, assim, um complemento indispensável para o sucesso da cirurgia (FLORES; BRUM; CARVALHO, 2011).

A fisioterapia dermato-funcional, de acordo com as resoluções do COFFITO (Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional) nº 80 e 362, atua na prevenção, promoção e recuperação do sistema tegumentar. Está fundamentada em conceitos científicos

sólidos e muito tem contribuído nos períodos pré e pós-operatório, prevenindo e/ou tratando as respostas advindas das intervenções cirúrgicas (GUIRRO; GUIRRO, 2004). Tendo em vista a evolução conceitual e a importância alcançadas pela fisioterapia dermatofuncional para o resultado final dos procedimentos cirúrgicos cosméticos, sobrevém a problemática do encaminhamento dos pacientes nos períodos pré e pós-operatório de cirurgias plásticas estéticas ao tratamento adequado com fisioterapeuta especialista (FLORES; BRUM; CARVALHO, 2011).

3 MATERIAIS E MÉTODO

A presente pesquisa é um estudo exploratório, com abordagem quantitativa do tipo levantamento.

A população será composta por homens praticantes de exercício físico. A amostra considerada para pesquisa foi constituída por trinta e seis homens praticantes de exercícios físicos, frequentadores ativos da academia *Body Fit* do município de Balneário Rincão – SC. A população de homens da academia é de 70 indivíduos. Portanto, foram selecionados 50% mais 01 destes homens (36 homens).

Foi utilizado como critérios de inclusão: homens, residentes no município de Balneário Rincão – SC, com idade entre 18 a 70 anos, que perante a abordagem no estabelecimento no período de junho de 2019, aceitem participar da pesquisa como voluntárias e assinem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Como critérios de exclusão: homens que não tenham queixas inestéticas corporais ou faciais ou que não se disponham a participar do estudo.

Após a aprovação pelo comitê de ética em pesquisa (CEP), sob o parecer de número 3.362.89, na data de 02/06/2019, foi realizado contato com o proprietário da academia *Body Fit* de Balneário Rincão – SC, para autorização da pesquisa e, em seguida, deu-se início a coleta de dados.

A coleta de dados foi realizada em uma sala individual, dentro da academia, para sigilo das informações, sendo que o registro foi realizado de forma manual. O processo de aplicação do questionário ocorreu entre 03/06/2019 a 15/06/2019, nos dias e horários agendados com os voluntários, no intuito de não atrapalhar os seus exercícios. O questionário contou com perguntas formuladas pelas pesquisadoras e com uma escala visual analógica (EVA) que avaliou o nível de insatisfação das queixas inestéticas através de uma escala graduada com linha horizontal de 10 centímetros de comprimento, sendo que na extremidade

à esquerda possuía um número correspondente a zero, com a expressão “sem dor e/ou alteração”, e à direita, o número 10, com a expressão “dor insuportável e/ou máximo de dor e alteração”.

O tempo de aplicação do questionário sobre queixas inestéticas (Apêndice A) foi de, aproximadamente, 10 minutos por voluntário, junto a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo B), no qual foi informado aos participantes sobre os riscos e benefícios da pesquisa.

Após a finalização da coleta de dados foi feita a análise e discussão dos resultados qualitativos, através da avaliação da resposta dos sujeitos da pesquisa, de acordo com os objetivos do estudo. Os dados coletados foram analisados com estatística descritiva por meio da avaliação da distribuição da frequência. A frequência foi descrita em forma de porcentagem em cada uma das respostas do questionário aplicado. Os gráficos foram confeccionados por meio do *Graphpad Prism*.

Este projeto de pesquisa foi submetido ao CEP em Seres Humanos da Plataforma Brasil, do Ministério da Saúde (Resolução 466/2012), tendo este como base e foi respeitado os seguintes aspectos: assinatura das voluntárias do TCLE; direito de participar ou não do estudo; preservação do anonimato; sigilo das informações que não autorizem ou não desejem a divulgação; agendamento da coleta de dados de forma a não interferir nas atividades de trabalho das participantes, restituição dos dados para as participantes do estudo e para a Universidade em forma de apresentação do trabalho final do curso.

O presente estudo apresenta como benefícios conhecer as principais queixas inestéticas corporal e/ou facial do público masculino e ampliar os estudos científicos acerca deste assunto, podendo contribuir futuramente com intervenções e tratamentos que visem satisfazer as queixas deste crescente público nas clínicas estéticas.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

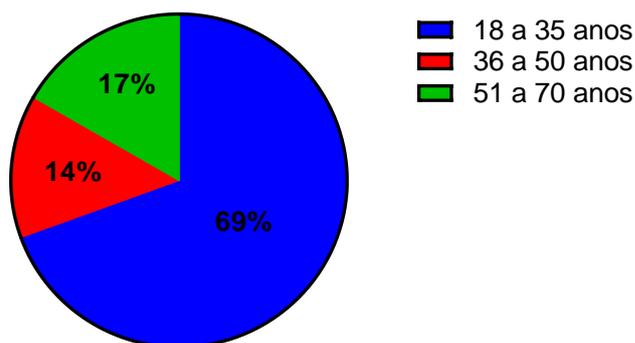
Os sujeitos da pesquisa foram de trinta e seis (36) homens, praticantes de exercícios físicos, com idade entre 18 a 70 anos, frequentadores ativos da academia *Body Fit* do município de Balneário Rincão – SC.

Os dados levantados no questionário estavam relacionados ao perfil dos participantes, queixas inestéticas corporais e ou faciais do público masculino, local do corpo mais acometido pela queixa inestética, nível de insatisfação com a queixa, cuidados que esse

público tem para amenizar a queixa, idade, hábitos alimentares, frequência, tipo e realização de atividades físicas.

Abaixo, apresenta-se a figura 1, referente à caracterização dos participantes da pesquisa:

Figura 1: caracterização dos participantes



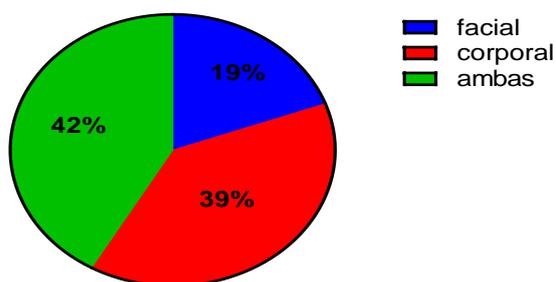
Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

A figura 1 demonstra que a idade dos participantes variou de 18 anos a 70 anos. A maior prevalência foi de 25 participantes (69%) com idade de 18 a 35 anos, seguido por 05 participantes (14%) que estiveram entre 36 a 50 anos e, 06 participantes (17%) entre 51 a 70 anos. Apresentam-se, como mediana, 34 anos.

No homem, os sinais de envelhecimento começam a surgir por volta dos 30 anos. Ocorre uma diminuição na capacidade de síntese proteica, na função imunológica, na força, massa muscular e densidade mineral óssea. Os sinais mais comuns são: as linhas de expressão faciais, aquela barriguinha saliente, queda de cabelo, o metabolismo começa a ficar mais lento, o que ocasiona a perda gradual de massa muscular, aumento da gordura corporal, inchaços, dores ocasionais, acúmulo de líquidos entre as células (BORGES; SCORZA, 2016, p. 67).

Abaixo, apresenta-se a figura 2:

Figura 2: relação de incômodo do local da região da disfunção estética



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

A figura 2 demonstra as queixas apresentadas pelo público masculino praticante de exercícios físicos. A maior queixa apresentada pelos participantes com relação ao local foi: 15 dos participantes (42%) relataram ambos os locais (corporal e facial), seguido por 14 participantes (39%) que tiveram como queixa somente corporal e 07 participantes (19%) que apresentam queixa somente facial.

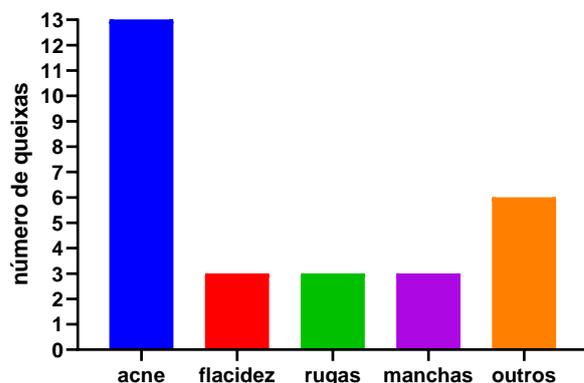
Percebe-se, neste estudo, que essas preocupações de imagem corporal e aparência não são apenas das mulheres, conforme apresentado nos resultados, homens têm se preocupado muito com ambas as queixas (corporal e facial), mas com relação a escolher apenas uma opção, a queixa corporal ainda se sobressaiu.

O conceito de imagem corporal é a maneira pela qual a aparência física aparece para o indivíduo, correspondendo à representação mental do próprio corpo. As mudanças físicas que ocorrem com o envelhecimento, de maneira gradual, trazem para o indivíduo uma modificação de sua própria imagem e, muitas vezes, podem ocasionar uma diferença entre a imagem desejada e a imagem real (SKOPINSKI; RESENDE; SCHNEIDE, 2015).

A insatisfação com o próprio corpo, ou melhor, com a imagem que se tem dele, talvez seja um dos motivos principais que levem as pessoas a iniciar um programa de atividade física e a busca por um tratamento estético (DAMASCENO et al., 2005). Neste sentido, o crescimento da procura por tratamentos estéticos no mundo vem crescendo largamente desde a última década a fim de minimizar as queixas inestéticas (BARROS; OLIVEIRA, 2017).

Abaixo, apresenta-se a figura 3:

Figura 3: relação das principais queixas estéticas faciais relatadas.



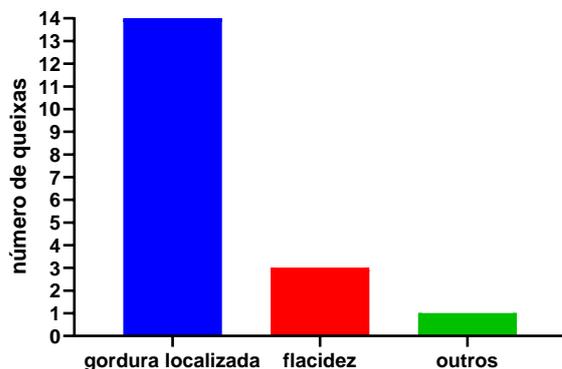
Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

A figura apresenta as queixas faciais relatadas pelos homens. Os resultados foram: 13 participantes (59%) relataram acne; seguido de 03 participantes (14%) que relataram flacidez, 03 participantes (14%) que relataram rugas, 03 participantes (14%) que relataram manchas e 06 participantes (27%) que apresentaram como queixas outras opções não listadas no questionário como: linha de expressão, descrita por dois participantes; formato do nariz, descrito por dois participantes; falta de bochechas, descrita por um participante e estrabismo descrito por um participante.

A acne é uma afecção dermatológica que atinge as unidades pilossebáceas de algumas áreas do corpo, sendo bastante frequente entre os adolescentes (80%) (MANFRINATO, 2009). Observa-se, frequentemente, que a acne acomete 95% dos meninos e 83% das meninas com 16 anos de idade e pode chegar a 100% em ambos os sexos. Seu aparecimento e prevalência são maiores entre os pacientes do sexo masculino, graças à influência androgênica. É doença que sofre importante impacto genético, o qual se dá, somente, sobre o controle hormonal, a hiperqueratinização folicular e a secreção sebácea (COSTA; LAGE; MOISÉS, 2010).

Abaixo, apresenta-se a figura 4:

Figura 4: principais queixas estéticas corporais relatadas.



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

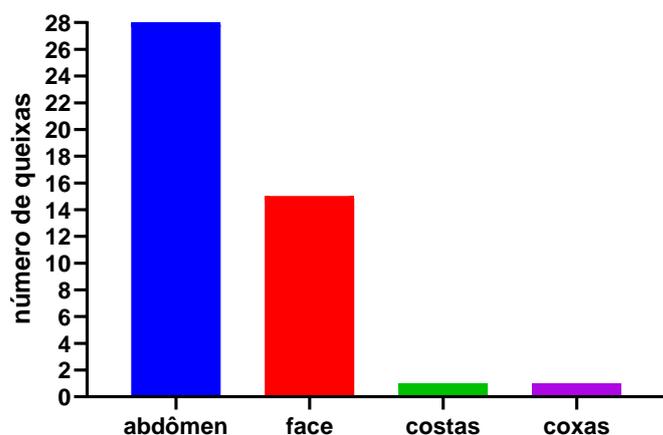
A figura 4 apresenta os resultados das principais queixas com relação à estética corporal do público masculino. Os resultados foram: 14 homens (48%) destinados à de gordura localizada equivalente a quase metade dos participantes da pesquisa, 03 homens (10%) que tiveram como queixa a flacidez e 01 homem (3%) que colocou outros como opções sendo sua queixa dificuldade em ganhar peso.

A Lipodistrofia Localizada (LL), popularmente conhecida como gordura localizada, é conceituada como o acúmulo de tecido adiposo em certas regiões do corpo, através de uma predisposição individual. Mesmo sujeitos aparentemente magros podem acumular adiposidade em uma área específica, não se obtendo uma relação direta entre obesidade e lipodistrofia localizada (GONÇALVES; MADEIRA; SILVA, 2017).

É classificada pelo espaço em que está posicionada, podendo ser: andróide ou central, na qual a gordura se encontra no abdômen e é mais comum no sexo masculino; ginóide ou periférica, seu acúmulo está nas coxas e quadril, comumente encontrado em mulheres; e mista, quando há associação da andróide e ginóide (MELLO et al., 2010). Considerada a principal alteração estética que se percebe nos dias atuais, muitas vezes está associada a problemas psicológicos e sociais, pois aos olhos críticos está fora do padrão de beleza imposto pela sociedade e estes motivos levam à busca por tratamentos estéticos capazes de melhorar essa disfunção (MACHADO et al., 2017).

Abaixo, apresenta-se a figura 5:

Figura 5: local do corpo que a disfunção estética mais incômoda.



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

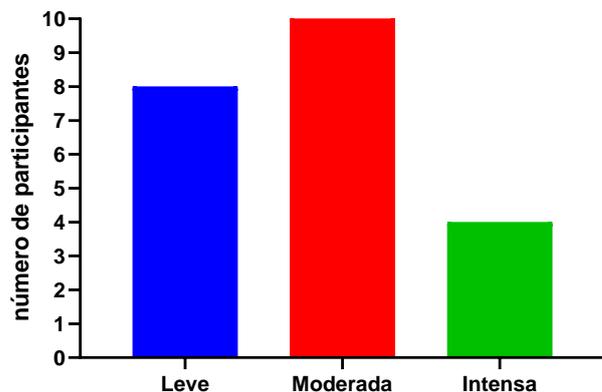
A figura 5 apresenta o local do corpo que a disfunção estética mais incômoda. O principal local da disfunção estética foi no abdômen com 28 homens (78%) dos participantes, seguido por 15 homens (42%) que tiveram como queixa a face e 01 homem pra cada (3%) que tiveram costas e coxas como queixa principal.

No estudo de Oliveira, *et al.* (2011), para os homens indicou que as prevalências tanto do excesso de peso quanto da gordura abdominal eram mais elevadas nas idades de 30 a 39 e de 50 a 59 anos. Estima-se que 70% dos brasileiros adultos possuem deposição de gordura em nível abdominal e que procuram alternativas de tratamento como atividade física, tratamento estético, acompanhamento nutricional e/ou medicamentoso com propósito de reduzir o perímetro abdominal (GONÇALVES; MADEIRA; SILVA, 2017).

Com o aumento do tecido adiposo, ocorrem alterações estéticas no ser humano, uma vez que apenas dietas controladas não são suficientes para reduzir a LL do abdômen e dos flancos, de modo que tratamentos adicionais se fazem necessários (CARDOSO; PEREIRA; MACEDO, 2016). Tendo como consequência o aumento da procura por tratamentos estéticos, na tentativa de reduzir a LL através de recursos que facilitem o processo de lipólise. Neste sentido, a Fisioterapia Dermato-funcional atua de maneira a auxiliar na promoção da manutenção da integridade do sistema tegumentar, utilizando distintos recursos fisioterapêuticos (GONÇALVES; MADEIRA; SILVA, 2017).

Abaixo, apresenta-se a figura 6:

Figura 6: nível de insatisfação dos participantes com a queixa facial.



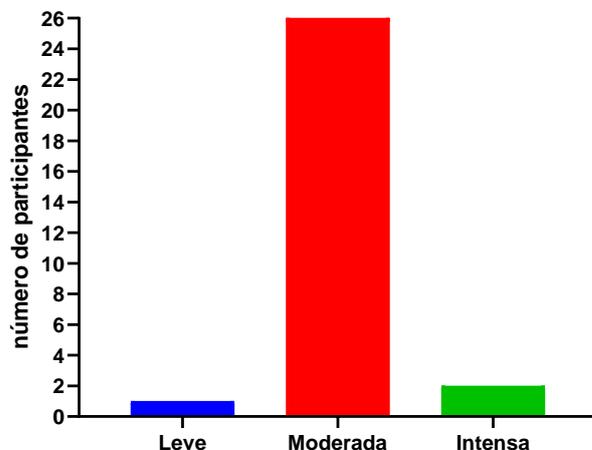
Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

Os resultados encontrados referentes ao nível de insatisfação com a queixa facial foram: 08 participantes (36%) classificaram sua queixa na escala como leve (00 a 02 pontos na escala de insatisfação), 10 participantes (45%) classificaram sua queixa em moderada (03 a 07 pontos na escala de insatisfação) e 04 participantes (18%) classificaram sua queixa intensa (08 a 10 pontos na escala de insatisfação).

Segundo a escala de Agnes (2018), as queixas estéticas faciais incomodam moderadamente o público masculino, com percentual de (45%), leve com (36%) e intensa (18%).

Abaixo, apresenta-se a figura 7:

Figura 7: nível de insatisfação dos participantes com a queixa corporal.



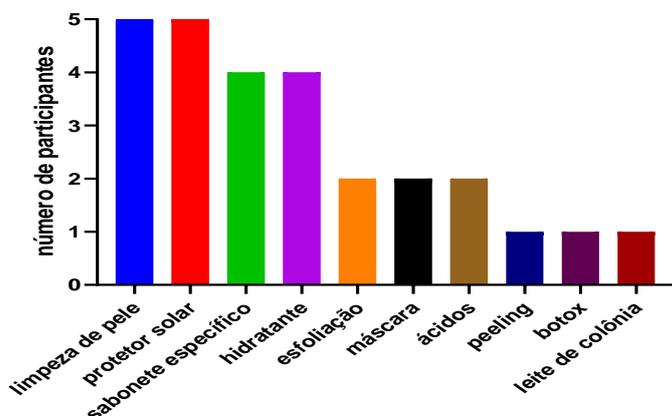
Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

Os resultados encontrados referentes ao nível de insatisfação com a queixa corporal foram: 01 participante (3%) classificou sua queixa como leve (00 a 02 pontos conforme escala de insatisfação), 26 participantes (90%) classificaram sua queixa em moderada (03 a 07 pontos na escala de insatisfação) e 02 participantes (7%) classificaram sua queixa intensa (08 a 10 pontos na escala de insatisfação). Com esse resultado pode-se observar que as queixas corporais incomodam mais os homens do que as queixas faciais, pois as queixas corporais foram de 90%, enquanto as queixas faciais foram de 45%. Entende-se com esse resultado que o corpo preocupa mais o público masculino praticante de exercícios físicos, do que a face propriamente dita.

Segundo a escala de Agnes (2018), as queixas estéticas corporais incomodam moderadamente os homens com percentual de (90%), intensamente com (7%) e leve com (3%).

Abaixo, apresenta-se a figura 8:

Figura 8: Cuidados faciais realizados pelos participantes.



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

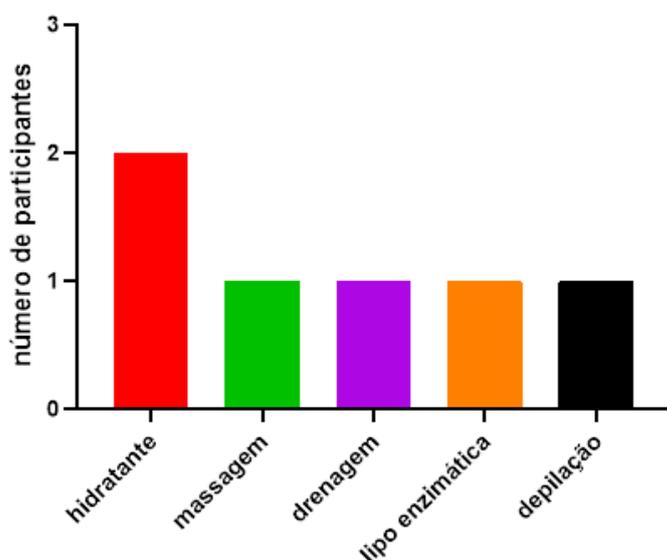
A figura 8 apresenta os cuidados faciais realizados pelos participantes do estudo. Foram encontrados os seguintes resultados: 05 participantes (28%) relataram a limpeza de pele, 05 participantes (28%) relataram usar o protetor solar, 04 participantes (22%) relataram usar sabonete específico para face, 04 participantes (22%) relataram usar hidratante, 02 participantes (11%) relataram fazer esfoliação facial, 02 participantes (11%) relataram fazer máscara facial, 02 participantes (11%) relataram usar ácidos, 01 participante (06%) relatou fazer *peeling*, 01 participante (06%) relatou fazer botox e 01 participante (06%) relatou usar leite de colônia.

O que fica comprovado com a amostra da figura acima é que os homens

demonstram preocupação crescente com a aparência e a vaidade masculina não está restrita aos metrosssexuais.

Para Martinez e Rittes (2004) o perfil dos homens que buscam consultórios dermatológicos e tratamento estéticos mudou. Até pouco tempo, as principais queixas limitavam-se à remoção de pintas e, claro, à queda de cabelo (95% dos casos de alopecia androgenética ocorrem no sexo masculino). Hoje, estimasse que um em cada quinze homens use algum produto para deter os sinais do envelhecimento e que 30% do público masculino tenham uma loção hidratante no armário do banheiro.

Figura 9: Cuidados corporais realizados pelos participantes



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

De acordo com a amostra acima, um dos cuidados corporais mais realizados pelos homens, além da prática de exercício, foi de 02 homens (6%) que usam hidratante corporal, seguido por 01 homem (3%) que faz massagem com frequência, 01 homem (3%) que faz drenagem linfática corporal, 01 homem (3%) que faz aplicação de lipo enzimática, 01 homem (3%) que faz depilação corporal.

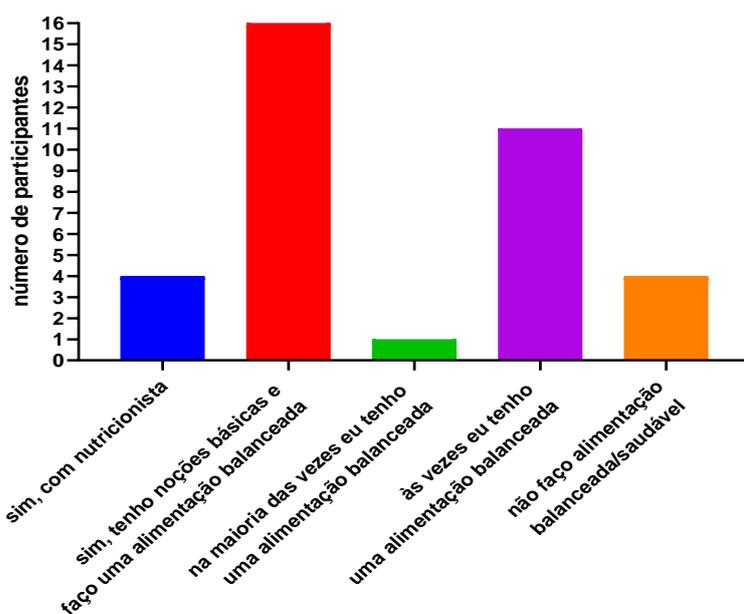
Desta forma, apesar de os homens terem relatado suas queixas, tanto facial quanto corporal, em um nível de insatisfação como moderado eles, em sua grande maioria, adquirem iniciativas de cuidados consigo e com seu corpo, pois a boa aparência, no geral, motiva mais autoconfiança, talvez por isso, que as pessoas estão cada vez mais procurando por tratamentos estéticos, prática de exercício físico e utilizando cosméticos frequentemente.

De fato, o exercício físico tem sido utilizado como um meio para reduzir o peso

corporal de indivíduos insatisfeitos com a própria imagem. O exercício proporciona diminuição da depressão, melhoria do bem-estar psicológico e que indivíduos ativos apresentam imagem corporal mais positiva, independente da idade e sexo (FERMINO; PEZZINI; REIS, 2010).

O padrão de beleza valorizado na sociedade, associado à magreza, acaba por salientar os aspectos relacionados com a forma, desconsiderando a diversidade das constituições físicas que estão presentes na população e também aspectos de saúde (1,3,6). Apesar de existirem valores de índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura (%G), adequados para a saúde, acredita-se que o tipo físico possa ser determinado culturalmente (FERMINO; PEZZINI; REIS, 2010).

Figura 10: cuidado com a alimentação.



Fonte: Dados das Pesquisadoras, 2019.

Com relação aos cuidados com alimentação, a amostra identificou que quatro dos participantes da pesquisa (11%) fazem acompanhamento com nutricionista, 16 homens (44%) cuidam da alimentação e tem noção básica para fazer uma alimentação balanceada, um entrevistado (3%), na maioria das vezes, fazem alimentação balanceada, 11 homens (31%) as vezes tem uma alimentação balanceada e quatro participantes (11%) não fazem nenhum tipo de alimentação balanceada e saudável.

A relação da atividade física e da alimentação com a saúde é estudada há muitos anos, sendo que os resultados confirmam que a prática de atividade física regular e uma

alimentação equilibrada, atuam diretamente na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (MARCONDELLI et al., 2008).

Não existem fórmulas milagrosas para o emagrecimento ou para o ganho de peso corporal. Embora exista uma influência genética forte na constituição da composição corporal, o peso corporal recomendável acaba resultando da combinação de uma dieta saudável e de um estilo de vida fisicamente ativo (VILARTA et al., 2009).

A qualidade de vida, com base nas concepções individuais, contempla um conceito subjetivo, variável de pessoa para pessoa. Portanto, abarca uma percepção individual relativa às condições de saúde e os aspectos gerais da vida de cada um (NAHAS, 2001). Olhando neste sentido é possível considerar o estilo de vida e, em especial, o exercício físico aliado a uma alimentação equilibrada como fator capaz de influenciar, positivamente, na qualidade de vida.

Alguns dados foram citados no decorrer do estudo, apontando o interesse masculino pela aparência física. Vem sendo notável, nas últimas décadas, o crescimento da vaidade masculina e a importância que os homens estão dando para uma boa aparência, dedicando eles mais tempo e dinheiro em tratamentos estéticos, o que é muito importante para nós, profissionais da área, haja vista que o homem é um público fiel e que se demonstrou muito focado, conciliando seu investimento financeiro, interesse em tratamentos estéticos, a prática de atividade física regular e bons hábitos alimentares para a obtenção de resultados satisfatórios.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a presente pesquisa foi possível identificar os cuidados e as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico do município de Balneário Rincão – SC. Conclui-se que os homens apresentaram a média de idade de 34 anos e relataram, na sua maioria, que se incomodam com ambas as queixas corporal e facial 42%, mas entre as duas a maior prevalência foi à queixa corporal com 39%. Com relação à queixa corporal, a adiposidade localizada com ênfase na região abdominal foi a mais relatada com 48%, enquanto que na face foi à acne com 59%.

Além disso, percebe-se a preocupação com a aparência dos homens, de acordo com os resultados apresentados. Dedicando cada vez mais precocemente seu tempo cuidando da aparência através de bons hábitos alimentares, prática de um exercício físico regular e estando eles dispostos a investir financeiramente em tratamentos estéticos.

Sendo assim, por haver um expressivo aumento na vaidade masculina nas últimas décadas, torna-se necessário segmentar o mercado para investir em novas pesquisas, produtos, serviços e profissionais direcionados a atender esse público do mercado que vem demonstrando um grande crescimento na área da estética.

Sugerem-se novos estudos, com uma amostra maior, bem como uma intervenção fisioterapêutica nas principais disfunções estéticas masculinas encontradas.

REFERÊNCIAS

- BARROS, Mateus Domingues de; OLIVEIRA, Rita Patrícia Almeida de. **Tratamento estético e o conceito de belo**. v. 1, n. 1. Pernambuco: Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE, 2017. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/facipesaude/article/view/4064/2379>. Acesso em: 11 jan. 2019.
- BORGES, F. **Dermato-funcional**: modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: Editora Phorte, 2006.
- BORGES, Fábio dos Santos; SCORZA, Flávia Acedo. **Terapêutica em estética**: conceitos e técnicas. 1ª. ed., São Paulo: Editora Phorte, 2016.
- BRENNER, Fabiane Mulinari, et. al. **Acne**: um tratamento para cada paciente. v. 3, nº 15. Campinas: Revista Ciências Médicas, p. 257 – 266, 2006.
- CARDOSO, Stephani Krause; PEREIRA, Vanda Cristina Galvão; MACEDO, Ana Carolina Brandt de. Efeito imediato da ultracavitação na gordura localizada. 38ª ed. v. 9. nº 2. Curitiba/PR: Movimento e saúde, **Revista Inspirar**, abr./mai./jun. 2016. Disponível em: <https://www.inspirar.com.br/wp-content/uploads/2016/08/artigo7-ed38-abr-mai-jun-2016.pdf>. Acesso em: 08 dez 2018.
- COSTA, Adilson; LAGE, Denise; MOISÉS, Thaís Abdalla. **Acne e dieta**: verdade ou mito?. v. 85, nº 3. Rio de Janeiro: Anais Brasileiros de Dermatologia, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0365-05962010000300008. Acesso em: 25 jan. 2019.
- DAMASCENO, Vinicius Oliveira. et al. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. v. 11, nº 3. **Revista Brasileira de Med. Esporte**, Mai/Jun, 2005.
- DECCACHE, Daniela Soares. **Formulação dermocosmética contendo DMAE Glicolato e filtros solares**: desenvolvimento de metodologia analítica, estudo de estabilidade e ensaio de biometria cutânea. 2006, 153f. Dissertação – Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2006.
- FERMINO, R.C; PEZZINI, M.R; REIS R.S. Motivos para Prática de Atividade Física e Imagem Corporal em Freqüentadores de Academia. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 16, No 1 – Jan/Fev, 2010.
- FERRO, Danieli; SANTOS, Malena Avancini dos. **A associação da técnica de indução de colágeno (tic) com o peeling químico no tratamento do melasma facial**. 2017. 18f. Artigo para conclusão de curso – Centro Universitário de Maringá, Maringá/PR, 2017. Disponível em: <http://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/handle/123456789/389/Danieli%20Ferro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 11 jan. 2019

FLORES, Alice; BRUM, Karla Oliveira de; CARVALHO, Rogério Mendonça de. **Análise descritiva do encaminhamento médico a tratamentos fisioterapêuticos dermatofuncionais nos períodos pré e pós-operatórios de cirurgias plásticas cosméticas.** v. 4, nº 35. São Paulo: O mundo da saúde, p. 408-414, 2011. Disponível em: http://www.saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/88/06_Analisedescriptivadeencaminhamentomedico.pdf. Acesso em: 21 nov. 2018.

GONÇALVES, Cristiane Santos; MADEIRA, Juliana Campodonico; SILVA, Morgana Duarte da. **Terapia combinada associada à debrangem linfática reduz lipodistrofia localizada no abdômen de mulheres jovens.** v. 16, nº 2. São Paulo: ConScientiae Saúde, Universidade Nove de Julho. p. 281-288, 2017. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/929/92953318015.pdf>. Acesso em: 16 jan. 2019.

GUIRRO, Elaine Caldeira de Oliveira; GUIRRO, Rinaldo Roberto de J. **Fisioterapia Dermato-Funcional: fundamentos, recursos, patologias.** 3ª. ed. Barueri: Manole, 2004.

LEÃO, Cintia Rios Lacerda; MEJIA, Dayana Priscila Maia. Aplicabilidade da Radio Freqüência no Combate ao Envelhecimento Cutâneo. Faculdade Ávila, 2012. Disponível em: http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/14/28_-_Aplicabilidade_da_RadiofrequYncia_no_combate_ao_envelhecimento_cutYneo.pdf. Acesso em: 20 nov. 2018.

MACEDO, M.C.A.; TENÓRIO, C.A. **Tratamento de rugas: uma revisão bibliográfica sobre carboxiterapia, radiofrequência e microcorrente.** v. 2. Cassilândia: Visão Universitária, p. 1 – 20, mar. 2015.

MACHADO, Rosiléa M. L.; CAVALIÉRE, Stelamaris L. **O envelhecimento e seus reflexos Biopsicossociais.** v. 2, nº 1. Rio de Janeiro: Cadernos Unisuam, p. 110 - 120, jun. 2010.

MACHADO, Aiana Tátima Oliveira Mota. et. al. Benefícios da massagem modeladora na lipodistrofia localizada. v. 11, nº 35. Id On Line: **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, mai. 2017. Disponível: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/741/1063>. Acesso em: 11 jan. 2019.

MANFRINATO, G.L. **Acupuntura estética no tratamento da acne (estudo de caso).** 2009. 58f. Monografia (Especialização em Acupuntura) – Instituto Brasileiro de Therapias e Ensino, Maringá, 2009.

MARCONDELLI, Priscilla. et al. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestre, da área da saúde. **Revista Nutr.** V. 21, nº 1, Campinas, Jan./Feb. 2008.

MARTINEZ, M; RITTES, P. **Beleza sem cirurgia: tudo que você pode fazer para adiar a plástica.** São Paulo: Senac São Paulo, 2004.

MENDONÇA, Rosimeri da Silva Castanha; RODRIGUES, Geruza Baima de Oliveira. **As principais alterações dermatológicas em pacientes obesos.** v. 24, nº 1. São Paulo: Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva, Jan./Mar. 2011. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-67202011000100015. Acesso em: 11 dez. 2018.

MENOITA, Elsa; SANTOS, Vitor; SANTOS, Ana Sofia. **Espessura Epiderme -Derme.** Journal of aging and innovation, 2013. Disponível em: <http://journalofagingandinnovation.org/pt/tag/espessura-epiderme-derme/>. Acesso em: 15 dez. 2018.

MILANI, Giovana Barbosa; JOÃO, Silvia Maria Amado; FARAH, Estela Adriana. **Fundamentos da Fisioterapia dermo-funcional:** revisão de literatura. São Paulo: Fisioterapia e Pesquisa, p. 37 – 43, 2006. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/fpusp/article/view/76159/79904>. Acesso em: 25 jan. 2019.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida.** Londrina, Midiograf, 2001.

NOVAES, J.S. **Estética:** O corpo na Academia. Rio de Janeiro: Editora: Shape, 2001.

OLIVEIRA, C. B. et. al. **Eficácia dos exercícios pendulares no equilíbrio de idosos sedentários.** Florianópolis: 20ª Congresso Brasileiro de Fisioterapia, p. 703, 2011.

SILVA, Rodrigo Marcel Valentim da; CAVALCANTI, Rafael Limeira; RÊGO, Ludmila Martins de França; NUNES, Patrícia Fonseca Leite; MEYER, Patrícia Froes. Efeitos do Kinesio Taping® no tratamento do Fibro Edema Gelóide: Ensaio clínico controlado randomizado e cego. Manual Therapy, Posturology & Rehabilitation Journal: **Revista Terapia Manual**, Natal/RN, nº 12, p. 261 – 278, 2014. Disponível em: <https://patriciafroes.com.br/gestao/files/publicacao/arquivo/103/6.pdf>. Acesso em: 08 dez. 2018.

SKOPINSKI, Fabiane; RESENDE, Thais de Lima; SCHNEIDE, Rodolfo Herberto. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. v. 18, nº 1. Rio de Janeiro: **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, p. 95-105, 2015.

SOUSA, Julianna Neves. **Ouso da diatermia por radiofrequência no tratamento das rugas e flacidez facial.** Universidade Federal da Paraíba: Revisão bibliográfica, 2016.

TACANI, Pascale M.; MACHADO, Aline Fernanda P.; TACANI, Rogério E. Perfil clínico dos pacientes atendidos em fisioterapia dermatofuncional na clínica da Universidade Municipal de São Caetano do Sul – USCS. Revista de Atenção à saúde: **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, São Caetano do Sul/SP, v. 7, nº 21, p. 36-44, jul./set. 2009. Disponível em: http://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/300/132. Acesso em: 08 dez. 2018.

WILLIAMS, I.R.; KUPPER, T.S. **Immunityatthesurface:** homeostaticmechanismsoftheskinimmune system. Life Sci., 58ª ed, p. 1485 – 1507, 1996.

APÊNDICES**APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO SOBRE AS QUEIXAS INESTÉTICAS**

Nome: _____

Data de Nasc: ____/____/____ Idade: _____ Estado Civil: _____

Endereço: _____

Profissão: _____ Escolaridade: _____ Telefone: _____

Data que respondeu o questionário: ____/____/____

1- Qual local, sua disfunção estética corporal ou facial mais te incomoda?

 corporal facial

2- Qual sua queixa principal com relação a disfunções estética facial que mais te incomoda no momento?

 Acne manchas na pele - melasma, psoríase... Rugas Recuperação pós operatória Flacidez outras

Outras: _____

3- Qual sua queixa principal com relação a disfunções estética corporal que mais te incomoda no momento?

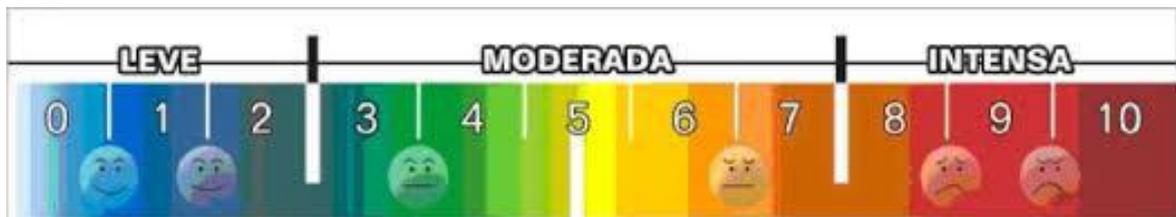
 Celulite Gordura Localizada Estrias Flacidez Recuperação pós operatória outras

Outras: _____

4- Qual local do corpo a disfunção estética mais te incomoda?

 Abdômen Pernas Coxas Bumbum Braços Costas Face

5- Numa escala de zero a dez, o quanto sua queixafacial te incomoda?



Fonte: Agnes, 2018.

() 0 () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

6- Numa escala de zero a dez, o quanto sua queixa corporal te incomoda?



Fonte: Agnes, 2018.

() 0 () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

7- A partir de que idade sua queixa facial começou a incomodar mais?

- () Antes dos 18 anos () Dos 18 aos 28 anos
 () Dos 29 aos 39 anos () Dos 40 aos 50 anos
 () Dos 50 aos 65 anos

8- A partir de que idade sua queixa corporal começou a incomodar mais?

- () Antes dos 18 anos () Dos 18 aos 28 anos
 () Dos 29 aos 39 anos () Dos 40 aos 50 anos
 () Dos 50 aos 65 anos

9- Você já fez alguma cirurgia plástica? Qual?

- () Sim () Não
 () Otoplastia (plástica das orelhas)
 () Lipoaspiração
 () enxerto

- Silicone nas panturrilhas
- Plástica no abdômen (abdominoplastia)
- Ritidoplastia ou lifting facial (plástica na face)
- Rinoplastia (plástica no nariz)

10- Você faria alguma cirurgia plástica?

- Sim Não

Se sim, qual/quais?

- Lipoaspiração
- enxerto
- Silicone nas panturrilhas
- Plástica no abdômen (abdominoplastia)
- Ritidoplastia ou lifting facial (plástica na face)
- Rinoplastia (plástica no nariz)

11- Você tem algum cuidado facial com frequência?

Sim () Não ()

Qual? _____

12- Você tem algum cuidado corporal com frequência?

Sim () Não ()

Qual? _____

13- Pratica atividade fisica quantas vezes na semana?

- | | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 01 vez por semana () | 04 vez por semana () | 07 vez por semana () |
| 02 vezes por semana () | 05 vez por semana () | |
| 03 vezes por semana () | 06 vez por semana () | |

14- Faz qual tipo de atividade:

Funcional Musculação Corrida Outros

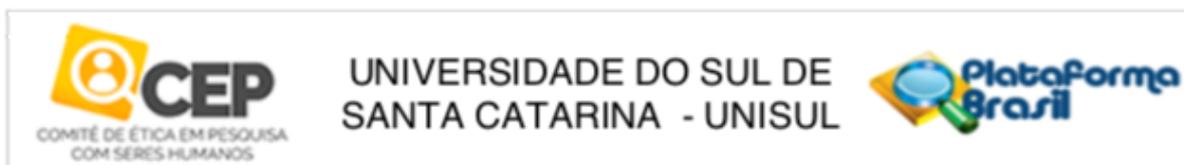
Outros: _____

15- Você cuida da sua alimentação?

sim, com nutricionista

- () sim, tenho noções básicas e faço uma alimentação balanceada
- () não faço alimentação balanceada/saudável
- () às vezes eu tenho uma alimentação balanceada
- () na maioria das vezes eu tenho uma alimentação balanceada

ANEXO A – PARECER DE APROVAÇÃO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: AVALIAÇÃO DAS QUEIXAS INESTÉTICAS DO PÚBLICO MASCULINO PRATICANTE DE EXERCÍCIO FÍSICO NO MUNICÍPIO DE BALNEÁRIO RINCÃO-SC

Pesquisador: MONIQUE LEMOS SANTA HELENA

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 11515119.6.0000.5369

Instituição Proponente: Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.362.892

Apresentação do Projeto:

O projeto versa sobre as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia de musculação Body Fit, situada no município de Balneário Rincão-SC. É um estudo de levantamento. O projeto cita que "serão entrevistados" 70 homens com idade entre 18 a 65 anos, mas não é entrevista e sim um questionário. Este tem 15 perguntas [abertas/fechadas] com algumas EVAs. É um projeto da especialização em Bem-estar, de Tubarão.

Objetivo da Pesquisa:

"Objetivo Primário:

Este estudo tem como objetivo geral: identificar as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia Body Fit situada no município de Balneário Rincão-SC.

Objetivo Secundário:

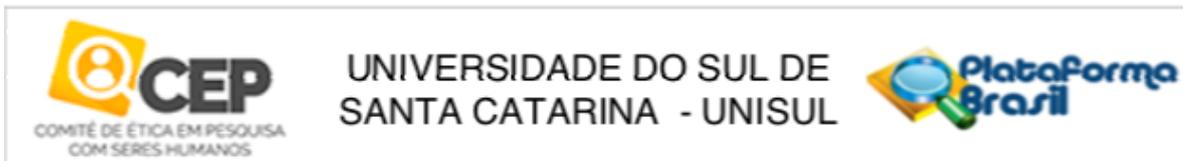
E como objetivos específicos: Identificar as queixas inestéticas corporais dos homens de Balneário Rincão SC;

Identificar as queixas inestéticas faciais dos homens de Balneário Rincão - SC;"

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

"Riscos:

Endereço: Avenida Pedra Branca, 25		
Bairro: Cid.Universitária Pedra Branca		CEP: 88.137-270
UF: SC	Município: PALHOÇA	
Telefone: (48)3279-1036	Fax: (48)3279-1094	E-mail: cep.contato@unisul.br



Continuação do Parecer: 3.362.892

O risco da pesquisa é mínimo, em conformidade com a resolução CNS nº 466/12, com garantia de confidencialidade, sigilo, tendo entrevistado liberdade de a qualquer momento, se retirar da pesquisa, sem sofrer prejuízo por isso. É possível que aconteçam vergonha ou cansaço ao responder as perguntas, porém será respeitado o limite do indivíduo não sendo o mesmo, obrigado a responder, podendo deixar a pergunta sem resposta. Caso ainda o entrevistado se sinta desconfortável por estar sendo observado, terá o direito de pedir para o pesquisador se afastar da bancada de coleta de dados. Tendo certeza de que sua identidade será preservada, com total anonimato.

Benefícios:

Com esta pesquisa espera-se como benefícios conhecer as principais queixas inestéticas corporal e/ou facial do público masculino e ampliar os estudos científicos acerca deste assunto, podendo contribuir futuramente com intervenções e tratamentos que visem satisfazer as queixas deste crescente público nas clínicas estéticas."

Os benefícios do estudo superam os possíveis riscos em que os participantes estão submetidos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Projeto em conformidade com a Resolução CNS nº 466/12.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Termos em conformidade com a Resolução CNS nº 466/12.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não constam pendências éticas.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo de pesquisa em consonância com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1308967.pdf	23/05/2019 21:06:53		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETORETIFICADO2105.pdf	23/05/2019 21:02:00	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	23/05/2019	MONIQUE LEMOS	Aceito

Endereço: Avenida Pedra Branca, 25
Bairro: Cid.Universitária Pedra Branca **CEP:** 88.137-270
UF: SC **Município:** PALHOCA
Telefone: (48)3279-1036 **Fax:** (48)3279-1094 **E-mail:** cep.contato@unisul.br



UNIVERSIDADE DO SUL DE
SANTA CATARINA - UNISUL



Continuação do Parecer: 3.362.892

Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	21:01:24	SANTA HELENA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	23/05/2019 18:44:26	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito
Outros	cartarespostaretificadaaa.pdf	23/05/2019 18:41:58	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	declaracaoinstituicao.pdf	08/04/2019 22:27:39	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito
Folha de Rosto	FOLHADEROSTO.pdf	26/03/2019 19:50:57	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.pdf	18/03/2019 11:48:44	MONIQUE LEMOS SANTA HELENA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PALHOCA, 02 de Junho de 2019

Assinado por:
Maria Inés Castiñeira
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Pedra Branca, 25

Bairro: Cid. Universitária Pedra Branca

CEP: 88.137-270

UF: SC

Município: PALHOCA

Telefone: (48)3279-1036

Fax: (48)3279-1094

E-mail: cep.contato@unisul.br

ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



UNISUL – UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada pelas pesquisadoras e pela Unisul a participar como voluntária da pesquisa:

“Avaliação das queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico no município de balneário rincão-SC” e que tem como objetivo geral identificar as queixas inestéticas do público masculino praticante de exercício físico na academia de musculação Body Fit, situada no município de Balneário Rincão-SC.

Participação do Estudo- Ao participar deste estudo, você irá responder um questionário com perguntas relacionadas ao que mais te incomoda no seu corpo e rosto, aos cuidados que você tem com a pele e quanto à frequência e tipo de atividade física que pratica. Você levará no máximo 15 minutos para responder a este questionário. A pesquisa será realizada na academia de musculação Body Fit situada na região.

Riscos e Benefícios - Com esta pesquisa espera-se como benefícios conhecer as principais queixas inestéticas corporal e/ou facial do público masculino e ampliar os estudos científicos acerca deste assunto, podendo contribuir futuramente com intervenções e tratamentos que visem satisfazer as queixas deste crescente público nas clínicas estéticas. A presente pesquisa oferece riscos mínimos, em conformidade com a resolução CNS nº 466/12, com garantia de confidencialidade, sigilo, tendo eu liberdade de a qualquer momento, me retirar da pesquisa, sem sofrer prejuízo por isso. É possível que aconteçam vergonha ou cansaço ao responder as perguntas, porém será respeitado meu limite e não serei obrigada a responder, podendo deixar a pergunta sem resposta. Caso me sinta desconfortável por estar sendo observada, terei o direito de pedir para o pesquisador se afastar da bancada de coleta de dados. E ainda minha identidade será preservada, com total anonimato.

Sigilo e Privacidade – Estou ciente de que minha a privacidade será respeitada, ou seja, meu nome ou qualquer dado ou elemento que possa, de qualquer forma, a identificar será mantido em sigilo. As pesquisadoras se responsabilizarão pela guarda e confidencialidade dos dados, porém, eu concordo que o material e informações obtidas relacionadas à sua pessoa possam ser publicados em aulas, congressos, eventos científicos, palestras ou periódicos científicos.

Autonomia – É assegurada a assistência durante toda a pesquisa, bem como lhe garantido o livre acesso a todas as informações e esclarecimentos adicionais sobre o estudo e suas consequências, enfim, tudo que eu queira saber antes, durante e depois da minha participação.

Ressarcimento e Indenização – Os meus gastos e de acompanhante (caso necessário) decorrentes de eventuais participações solicitadas no interesse único e exclusivo da pesquisa serão ressarcidos pelas pesquisadoras mediante a apresentação de comprovantes fiscais. E caso ocorra algum dano indenizável, na forma da legislação brasileira, decorrente da sua participação no estudo, será devidamente indenizado. **Devolutiva dos resultados** – Os resultados do presente estudo serão repassados para os homens que assim desejarem, por e-mail ou pessoalmente, após a publicação dos resultados. Além disso, os resultados desta pesquisa serão devolvidos para a Unisul em forma artigo científico da Especialização em Estética e Bem Estar e quando quiser, poderá pedir informações sobre a pesquisa às pesquisadoras.

Comitê de Ética – O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que estão trabalhando para garantir seu direito como participante sejam respeitados, sempre se pautando da Resolução 466/12 do CNS. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Caso você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética da UNISUL pelo telefone (48) 3279-1036 entre segunda e sexta-feira das 9 às 17horas ou pelo e-mail cep.contato@unisul.br.

Declaração – Declaro que li e entendi todas as informações presentes neste Termo e tive a oportunidade de discutir as informações do mesmo. Todas as minhas perguntas foram respondidas e estou satisfeito com as respostas. Entendo que receberei uma via assinada e datada deste documento e que outra via será arquivada por 05 anos pelo pesquisador. Enfim, tendo sido orientado quanto ao teor de todo o aqui mencionado e compreendido a natureza e o objetivo do já referido estudo, eu manifesto meu livre consentimento em participar, estando totalmente ciente de que não há nenhum valor econômico, a receber ou pagar, por minha participação.

Nome por extenso: _____

RG: _____

Local e Data: _____

Telefones para contato: _____

Assinatura do voluntário: _____

Contatos das pesquisadoras

- Pesquisadora Responsável: Monique Lemos Santa Helena

E-mail para contato: nique_1@hotmail.com

Telefone para contato: (48) 9.9922-5597

- Pesquisadora/professora: Graciela Freitas Zarbato

E-mail para contato: graciela_fz@hotmail.com

Telefone para contato: (48) 9.9906-2712