CENTRO UNIVERSITÁRIO - UNIFIP

CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

MONARA STEFANNY DA NÓBREGA ARAÚJO

CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

PATOS – PB

2022

MONARA STEFANNY DA NÓBREGA ARAÚJO

CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário UNIFIP de Patos, como parte dos requisitos para a obtenção do grau de Bacharel em fisioterapia pela referida instituição.

Orientador:

Ma. Eva Jeminne de Lucena Araújo

PATOS - PB

2022

MONARA STEFANNY DA NÓBREGA ARAÚJO

CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário UNIFIP de Patos, como parte dos requisitos para a obtenção do grau de Bacharel em fisioterapia pela referida instituição.

Aprovado em: 03 / 12 / 2022

PROF. MA. EVA JEMINNE DE LUCENA ARAUJO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS-UNIFIP
(ORIENTADOR (A))

ESP. MÁRCIA ALVES DE SOUZA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS-UNIFIP
(1° MEMBRO)

PROF. MA. RUBIA KARINE DINIZ DUTRA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS-UNIFIP
(2° MEMBRO)

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados de Acordo com AACR2, CDU e CUTTER

Biblioteca Central - UNIFIP

Araújo, Monara Stefanny da Nóbrega.
A658c Cuidados estéticos de universitários de fisioterapia no período de pandemia pelo covid-19 . / Monara Stefanny da Nóbrega Araújo. – Patos – PB: UNIFIP, 2022.
59 fls.

Orientador (a): Profª. Ma. Eva Jeminne de Lucena Araújo
Monografia Graduação Bacharelado em Fisioterapia

1. Acne. 2. Pandemia. 3. Pele.
I. Título. II. UNIFIP – Patos - PB

UNIFIP/BC CDU: 615.8

Francisco C. Leite – Bibliotecário. CRB 15/0076

A Deus, meus pais, e a todos que em mim acreditaram.

AGRADECIMENTOS

Em especial a Deus, pela minha vida, e por me permitir ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo desses cinco anos, para que hoje eu pudesse comemorar a realização desse trabalho.

Aos meus pais Maria Selma da N. Araújo e Antônio Adonias de Araújo, que foram meu alicerce durante toda a minha vida, acreditaram financeiramente em mim e me fizeram me sentir capaz todas as vezes que pensei que eu não seria, que muito contribuiu para a realização deste sonho, á eles minha eterna gratidão.

Aos meus amigos Flaviana Marinho, Licya Germana, Shayna Mirelly, Gabrielle Nobrega, Ana Vittória, Ana Paula Moura, Beatriz Salvador, Gustavo, que sempre estiveram ao meu lado, me ajudaram e me apoiaram sempre que eu precisei, vivendo e sonhando do mesmo propósito junto comigo. Muito obrigada amigos pela amizade e por todo o apoio demostrando durante a minha trajetória.

Ao meu namorado Felipe Cabral, que foi essencial e me ensinou muito sobre persistência, que me incentivou e me apoiou em todos os momentos e compreendeu minha ausência enquanto eu me dedicava à realização deste sonho.

A minha querida professora Eva Jeminne de Lucena Araújo, por ter sido minha orientadora e ter desempenhado tal função com excelência e dedicação, desde a escolha do tema da minha pesquisa até a última dúvida.

"Seja forte e corajoso! Não se apavore, nem se desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar."

Josué 1:9.

RESUMO

O presente trabalho teve como tema cuidados estéticos de Universitários de Fisioterapia no período de pandemia pelo covid-19. A pandemia afetou muitas pessoas de forma direta ou indiretamente, entrou em nossas vidas de muitas maneiras, como na vida social, rotina de trabalho, e cuidados com a pele na qual os efeitos negativos pode ir de ressecamento da pele a fissura. Mesmo durante o isolamento social devido a pandemia pelo covid-19, o período que ficamos mais tempo dentro de casa, os cuidados estéticos deve ser mantido. Muito além da aparência, os hábitos saudáveis contribuem para o bem-estar e um corpo com saúde. O objetivo desse trabalho foi analisar quais foram os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia e analisar o nível de orientação em relação às alterações cutâneas. Tratou-se de um estudo que foi desenvolvido a partir de uma pesquisa quantitativa, e quanto aos objetivos foi do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento, realizado com os Universitários do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos-UNIFIP. A escolha deste tema surgiu das necessidades de compreender e conhecer a importância dos cuidados estéticos. A análise de dados foi utilizando-se os programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010. O estudo teve como resultado em relação aos cuidados estéticos durante o período de pandemia, 65,90% (n=29) dos participantes fez uso do filtro solar. Observou-se que o procedimento mais realizado foi a limpeza de pele com 83,30% (n=15) e adquiriram produtos de beleza como maquiagem com 68,40% (n=26). Percebeu-se que os cuidados com a saúde foi realizada como a ingestão recomendada de água com 61,90% (n=26) e a pratica de atividade física com 57,10%(n=24). A frequência que foi realizada esses cuidados estéticos foi esporadicamente (as vezes) em maior número 51,10% (n= 23). Os resultados obtidos nesse estudo contribuem para agregar com informações sobre os cuidados estéticos no período de pandemia desses indivíduos. Conclui-se que mesmo no período de pandemia durante o isolamento social, período que ficamos mais tempo dentro de casa, os cuidados com a pele foi mantido, a importância dada à imagem, aparência, corpo, beleza e estética é notória nos dias atuais.

Palavras-chave: Acne. Pele. Pandemia. covid-19. Autoestima.

ABSTRACT

The present work had as its theme aesthetic care of University of Physiotherapy in the period of pandemic by the covid-19. The pandemic has affected many people directly or indirectly, entered our lives in many ways, such as in social life, work routine, and skin care in which the negative effects can go from dryness of the skin to fissure. Even during social isolation due to the pandemic by covid-19, the period we stay longer indoors, aesthetic care should be maintained. Far beyond appearance, healthy habits contribute to well-being and a healthy body. The objective of this work was to analyze what aesthetic care was during the pandemic period in physiotherapy students and to analyze the level of orientation in relation to skin changes. This was a study that was developed from a quantitative research, and the objectives were descriptive and exploratory, through a survey, conducted with the University of The Physical Therapy Course of the University Center of Patos-UNIFIP. The choice of this theme arose from the need to understand and know the importance of aesthetic care. Data analysis was used using the SPSS version 21.0 programs for Windows and Windows Excel, version 2010. The study resulted in aesthetic care during the pandemic period, 65.90% (n=29) of the participants used sunscreen. It was observed that the most performed procedure was skin cleansing with 83.30% (n=15) and acquired beauty products such as makeup with 68.40% (n=26). It is noticed that health care was performed as the recommended intake of water with 61.90% (n=26) and the practice of physical activity with 57.10%(n=24). The frequency that was performed this aesthetic care was sporadically (sometimes) in greater number 51.10% (n= 23). The results obtained in this study contribute to aggregate with information about aesthetic care in the pandemic period of these individuals. It is concluded that even in the period of pandemic during social isolation, period that we spend longer indoors, skin care was maintained, the importance given to image, appearance, body, beauty and aesthetics is notorious today.

Keywords: Acne. Skin. Pandemic. covid-19. Self-esteem.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1: 35

TABELA 2: 37

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO **13**

2 OBJETIVOS **15**

2.1 OBJETIVO GERAL 15

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS 15

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA **16**

3.1 A PELE 16

3.1.1 Função e Estrutura 16

3.1.2 Alterações da Pele na Fase da Juventude e Envelhecimento **18**

3.1.3 ASPECTOS RELEVANTE SOBRE A PANDEMIA DO COVID-19 18

3.1.4 COVID-19 e suas Particularidades **20**

3.2 Impacto da pandemia na saúde da população **21**

3.2.1 Aspectos de Saude geral 21

3.2.2 Aspectos da Saude na pele 22

3.2.3 CUIDADOS IMPORTANTES DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19 22

4 MÉTODOS E TÉCNICAS **23**

5 ARTIGO: CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19 **26**

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO **29**

7 CONCLUSÕES **35**

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS **39**

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS **41**

APÊNDICES **42**

48

APÊNDICE A: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido 49
APÊNDICE B: Termo de Compromisso do Pesquisador 51
APÊNDICE C: Instrumento de Coleta de Dados 52

ANEXOS **53**

ANEXO A: Termo de Autorização Institucional 54
ANEXO B: Certidão de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa 55
ANEXO C: Instruções para Autores da Revista Boletim de Ciências em Saúde 59

1 INTRODUÇÃO

A pele é o maior órgão do corpo humano. Contém uma variedade de complexas estruturas anexais, incluindo o cabelo, as unhas, as glândulas e as estruturas sensoriais especializadas, todos com a função de proteção da homeostase e transmissão de sensações, e a principal função é isolar as estruturas internas do ambiente externo. Com o passar do tempo a pele pode sofrer mudanças de suas funções fisiológicas e estruturais. Apresenta estrutura com alta elasticidade, sulcos, orifícios e saliências. Possuindo diferentes tipos de cor e variação de espessura dependendo do local (BOLOGNIA; JORIZZO; SCHAFFER, 2015).

A pele é composta por três camadas principais: epiderme, derme e hipoderme. A epiderme é a camada mais superficial da pele localizada acima da derme, a primeira é o tecido epitelial estratificado queratinizado e tem como principal função a produção de queratina, fibrina maleável que é responsável pela impermeabilidade da pele. Derme é a camada a baixo da epiderme, um tecido forte, maleável, é conectada com a fáscia dos músculos subjacentes por meio da camada de tecido conjuntivo frouxo, a hipoderme. A hipoderme é responsável pela proteção mecânica, isolamento térmico e armazena energia na forma lipídio. É extremamente maleável e é usado como interface entre a derme e as estruturas móveis subjacentes, como músculos e tendões (MENDOÇA; RODRIGUES, 2011).

Quando a pele é lesionada, torna-se entrada para infecções, podendo colocar o organismo em risco, como na ocorrência de vírus, bactérias e fungos. Com o passar do tempo, a pele vai se degradando e perdendo a hidratação natural. Logo, manter os cuidados com a pele rotineiramente é fundamental para preservar o tecido. Cuidar da pele é essencial, não importa o sexo, a idade e o tipo de pele. Sendo assim, tendo ciência de sua importância, é primordial protege-la (FERREIRA *et al*., 2020).

Outro fator que pode interferir na saúde da pele é a forma como ela é cuidada durante o banho. A higiene da pele em geral é de extrema importância, para mantê-la limpa dos poluentes em geral e para a remoção de agentes infectantes que possam acumular no dia a dia. O processo de hidratação natural da pele ocorre pela ação de componentes presentes nas glândulas sebáceas e pela ação de glândulas sudoríparas depositadas nas camadas córneas, formando o manto hidro lipídico. Uma boa hidratação, além de manter a integridade da camada de proteção da pele, evita descamação, ressecamento, envelhecimento precoce, irritações e infecções. Portando, é necessário o uso diário de hidratantes adequados para todos os tipos de pele, rosto e corpo (GARBACCIO; FERREIRA; PEREIRA, 2016).

Muito além da aparência, os hábitos saudáveis contribuem para o bem-estar e um corpo com saúde. A atividade física e a alimentação são dois comportamentos considerados prioritários para a promoção da saúde e prevenção de doenças (SOUZA *et al*.,2011).

Em meio aos cuidados da saúde na atualidade, destaca-se a surgimento do Covid-19 que é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus, afetando a vida cotidiana das pessoas. Foi declarada em março de 2020 pela Organização da Mundial da Saúde (OMS) como epidemia e logo em seguida pandemia, atingindo milhares de pessoas em todo o mundo, com a ocorrência de sintomas leves a graves e ao óbitos de pessoas acometidas. Os sintomas mais recorrentes dessa infecção viral são febre, resfriado, tosse, dores nos ossos e problemas respiratórios. Atualmente, os impactos do COVID-19 na vida diária são extensos e têm consequências de longo alcance (HALEEM; JAVAID; VAISHYA, 2020).

Um desses impactos foi negativamente a acessibilidade e disponibilidade de alimentos, que alterou as práticas alimentares e piorou a situação de insegurança alimentar. Além disso, a indisponibilidade ou redução do preço acessível de alimentos saudáveis pode levar a um má alimentação durante a pandemia. O consumo de alimentos ultra processados e enlatados, que, combinados com a diminuição da atividade física, podem piorar a obesidade e outras doenças não transmissíveis relacionadas à dieta, levando a deficiências do autocuidado (SILVA *et al*., 2020).

A pandemia afetou muitas pessoas de forma direta ou indiretamente, entrou em nossas vidas de muitas maneiras, como na vida social, rotina de trabalho, e cuidados com a pele na qual os efeitos negativos pode ir de ressecamento da pele a fissuras, com o aumento dramático do uso de equipamentos de proteção individual (EPIs) (SCIESZKO *et al*.,2021).

É importante realçar os efeitos contrário do uso de EPIs necessários para se evitar ou minimizar os riscos de infecção pelo COVID-19, como, o uso da máscara. As máscaras criam um ambiente quente e úmido, e o uso a longo prazo pode causar irritação, erupções cutâneas, acne e dermatite de contato. Um estudo realizado por Koh (2020) destaca a alta incidência de complicações cutâneas, como lesões na pele e mucosa, relacionadas as medidas de prevenção, que afetaram a ponte nasal, as mãos, a bochecha e a testa (TEIXEIRA *et al*.,2020).

Mesmo durante o isolamento social, período que estamos ficando mais tempo dentro de casa, os cuidados com a pele deve ser mantido. As medidas utilizadas para a prevenção das lesões de pele, são: a frequência e a maneira de aplicação na pele do FPS são essenciais, mesmo dentro de casa, o uso de protetor solar é indispensável. Apesar da pandemia, ainda há muitas incertezas sobre quando ela vai acabar, é preciso continuar com os cuidados com a pele, principalmente com a saúde física e mental (GARBACCIO; FERREIRA; PEREIRA, 2016).

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar quais os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar o perfil biodemográfico dos universitários de fisioterapia;
- Traçar quais os cuidados estéticos com a pele e corpo;
- Analisar a frequência dos cuidados estéticos dos acadêmicos.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 A PELE

3.1.1 Função e Estrutura

A pele humana equivale a 15% do peso corporal, é um órgão que recobre e delimita o organismo, protege-o e interage com o meio externo. Sua força e flexibilidade determinam sua plasticidade. A pele é de natureza dinâmica, apresentando alterações constantes, com grande capacidade de renovação e reparação e com um certo grau de impermeabilidade (DAVID, 2017).

Em toda a gama animal, a pele desempenha funções diferentes, e essas funções irão mudar com o desenvolvimento do sistema. Ele exerce função respiratória em alguns animais, fornece proteção corporal para outros animais (escamas de peixes) e pode causar atração sexual através do cheiro de secreções glandulares. Para o ser humano, a pele é um órgão muito importante, pois busca manter um equilíbrio com o meio externo, no sentido de uma manutenção importante do meio interno. Sua função mais importante é manter a homeostase (regulação da temperatura, controle hemodinâmico e produção e secreção de metabólitos) (DAVID, 2017).

A pele então é base de diversas ações relevantes e dinâmicos. Entre essas ações estão funções de bloqueio e imunológicas, síntese de vitamina D, produção de melanina, sensações, regulação de temperatura, proteção contra traumas e composição estética (SOUTOR; HORDINSKY, 2014).

A estrutura e fisiologia da pele é composta, fundamentalmente, por três níveis recíprocos: a epiderme, mais externa; a derme, medial; e a hipoderme, mais funda. A trajetória entre a epiderme e a derme é alcunhada junção dermoepidérmica ou zona da membrana basal (DAVID, 2017).

A epiderme é basicamente um tecido epitelial estratificado queratinizado com importantes alterações estruturais e funcionais de acordo com a localização anatômica. Inclui: o sistema de queratinócitos, que é composto por células epiteliais chamadas queratinócitos, responsáveis pelo corpo principal da epiderme e seus anexos (cabelos, unhas e glândulas); o sistema de melanina, que é formado por melanócitos; células de Langerhans, que têm função imunológica, células de Merkel, que se integram ao sistema nervoso, e células dendríticas incertas, que têm funções obscuras. A derme tem um efeito regulador na morfogênese e

diferenciação epidérmica, o que é essencial para determinar sua espessura, estrutura, tipo de diferenciação e modo acessório. O pH da pele está entre 4,6 e 5,8 (SOUTOR; HORDINSKY, 2014).

O bloqueio epidérmico protege a pele de micróbios, produtos químicos, traumas físicos e ressecamento causados pela perda de umidade transdérmica. Essa barreira é criada pela diferenciação dos queratinócitos quando eles se movem da camada de células basais para o estrato córneo (BARONI et al., 2012). Os queratinócitos epidérmicos são produzidos e renovados por células-tronco da camada basal, o que faz com que a epiderme seja substituída aproximadamente a cada 28 dias. Demora 14 dias para essas células atingirem o estrato córneo e outros 14 dias para que caiam (BROWN; MCLEAN, 2012).

As células epiteliais localizadas na interface entre a pele e o meio ambiente representam a primeira linha de defesa do sistema imunológico inato (GALLO; HOOPER, 2012). As células epiteliais têm a capacidade de responder a estímulos ambientais por meio de várias estruturas, incluindo receptores Toll (TLR), pelo menos 10 deles são receptores do tipo NOD (domínios de oligomerização ligados a nucleotídeos), lectinas do tipo C e proteínas de reconhecimento de peptidoglicanos. A ativação de células epiteliais mediada por TLR também está relacionada à produção de defensinas e catelicidinas (família de peptídeos antimicrobianos) (NESTLE; KAPLAN; BARKER, 2009).

Assim chegando a camada basal que é a camada celular mais profunda da epiderme, e sua participação é essencial para a formação e manutenção da junção dermoepidérmica. Na pele, é geralmente composto de queratinócitos justapostos em uma única fileira, a maioria dos quais pode proliferar (chamadas células germinativas). Eles têm uma morfologia colunar, citoplasma basofílico e um grande núcleo oval. A população dessas células basais é heterogênea; uma pequena parte é composta por células-tronco, que são caracterizadas por uma taxa mitótica muito baixa ao longo de sua existência, que pode exceder a vida de um indivíduo, resultando no que chamamos de células amplificadas de transporte (TAC) Queratinócito clones, eles se dividem mais rápido, mas são programados para um número limitado de mitose (TOBIN *et al.*, 2003).

Em seguida se forma a junção dermoepidérmica, na qual a epiderme e a derme se combinam de forma tortuosa e interpenetrante, ou seja, a epiderme penetra na derme através do cone interpapilar (crista epidérmica), e a derme se projeta para a epiderme através da papila dérmica. A interface entre a epiderme e a derme é chamada de junção epidérmica dérmica ou área da membrana basal, porque é rica em mucopolissacarídeos neutros, que se tornam muito

óbvios nas seções coradas com PAS e aparecem em vermelho; no entanto, é melhor usar um microscópio eletrônico (SELLHEYER; KRAHL, 2010).

A derme é uma camada de tecido conjuntivo composta por um sistema abrangente de fibras, filamentos e estruturas amorfas, que contêm vasos sanguíneos, nervos e apêndices epidérmicos. Fibroblastos, histiócitos, células dendríticas e mastócitos são suas células residentes, enquanto os linfócitos, células plasmáticas e outros componentes celulares no sangue variam em número e são transitórios. Sua interação com a epiderme é essencial para a manutenção de ambos os tecidos. Os dois atuam juntos na formação das junções dermoepidérmicas, apêndices epidérmicos e no reparo da pele (SOUTOR; HORDINSKY, 2014).

Os abundantes vasos sanguíneos da pele se formam mais do que o necessário para seu suprimento metabólico, conforme evidenciado por seu papel na regulação da temperatura e pressão arterial, cura e fenômenos imunológicos. Os vasos sanguíneos dérmicos (arteríolas, capilares arteriovenosos, vênulas) são distribuídos em duas redes horizontais conectadas por vasos sanguíneos comunicantes; os vasos sanguíneos perfurantes dos músculos inferiores produzem o plexo do nervo inferior, contornando o tecido subcutâneo, do qual sobe para o nervo superior. Vale ressaltar que, na derme, certos vasos sanguíneos podem conectar seletivamente pequenas artérias diretamente às vênulas; os pequenos bulbos localizados na derme reticular, principalmente nos dedos, são ricos em células musculares e destinam-se a manter a temperatura corporal regulada e homeostase (SELLHEYER; KRAHL, 2010).

Por fim, completando a estrutura, chegando a hipoderme que é a camada mais profunda da pele e consiste em lóbulos de células de gordura, que são circundados por membranas de colágeno com sangue, vasos linfáticos e vasos nervosos. Os adipócitos ou adipócitos, originários de células mesenquimais, são redondos e grandes, com grande quantidade de lipídios no citoplasma; na coloração usual com xileno, as células apresentam vacúolos grandes (o xileno dissolve a gordura), e o núcleo é pequeno e assume a forma de uma sela empurre de volta para a periferia (SOUTOR; HORDINSKY, 2014).

3.1.2 Alterações da Pele na Fase da Juventude e Envelhecimento

A pele da criança ou do adolescente aparece como pele em desenvolvimento, ou seja, pele sensível. Tem toda a estrutura da pele adulta, mas carece de maturidade. À medida que entramos na puberdade, a pele começa a mudar sob a influência de hormônios, o que destaca a

atividade das glândulas sebáceas e a resposta do sistema sensorial altamente ativado (BAREL; PAYE; MAIBACH, 2012).

Entrando na adolescência, os hormônios começam a influenciar diretamente nas transformações do tecido cutâneo. Na juventude se caracteriza por períodos de grandes mudanças, tanto física, social e psicológica. Esta é uma fase de adaptação profunda nas funções biológicas, onde a pele é o órgão visível que demonstra essa mudança. Quando jovem, o processo de reparação tecidual acontece de forma rápida. Nesta fase da puberdade, a mudança hormonal influencia na quantidade de sebo produzida, caracteriza-se também por um sistema neuro sensitivo e imunitário cutâneo exacerbado, tendo uma elevada resposta vascular assim como uma neuro sensibilidade maior (BAREL; PAYE; MAIBACH, 2012).

Com o advento da idade adulta, o sistema imunológico torna-se mais resistente e estruturas anatômicas como o estrato córneo, matriz de colágeno e elastina e tecidos subcutâneos amadurecem. A síntese de fibroblastos aumenta e o colágeno muda, tornando-se rígido e maior. A estrutura responsável pela sensação foi totalmente desenvolvida. O colágeno é sintetizado pelos fibroblastos, nos adultos essas células são observadas em menor frequência, pois suas divisões de mitoses são reduzidas. Entram em mitose apenas por conta de uma solicitação aumentada, seja ela por sobrecarga funcional ou em resposta a lesões, mas por forma natural, a partir dos 30 anos começa a diminuição da síntese de colágeno, dando início ao processo de envelhecimento (SADLER, 2010).

Atingindo a idade adulta, o estrato córneo, matriz de colágeno e elastina, funções imunológicas e tecido subcutâneo, começam a ficar maduros, o colágeno mais denso e maior, fibroblastos mais abundantes na derme papilar, o nível de glicação é avançado e o produto final começa a aumentar aos 35 anos de idade (TESSINARY, 2019).

O envelhecimento é natural, deve ser um processo não invasivo e deve receber cuidados adequados. No início do século passado, a expectativa de vida humana era muito mais curta, com uma média de vida de cerca de 50 anos. De acordo com a Lei do Idoso nos termos da Lei n.º 13.466 de julho de 2017, os idosos referem-se a todas as pessoas com 60 ou mais anos de idade. Hoje em dia, cada vez mais pessoas estão entrando na velhice, podendo chegar facilmente aos 80 a 90 anos. Enquanto a expectativa de vida está aumentando, os jovens também estão recebendo cada vez mais atenção. Na verdade, o fenômeno biológico do envelhecimento representa a última das três fases do ciclo de vida de um organismo, sendo as duas fases principais a infância e a maturidade. Mas a qualidade do envelhecimento está diretamente relacionada à qualidade de vida de todos (GONÇALVES *et al*., 2015).

O envelhecimento começa aos 30 anos, mas a transformação da estrutura da pele começa com a formação de um embrião. A ciência subdivide esse processo em fatores internos ou cronológicos e fatores externos. No envelhecimento interno ou cronológico, as alterações genéticas e de idade estão relacionadas, esperadas e inevitáveis, enquanto o envelhecimento externo está diretamente relacionado com fatores externos, nomeadamente, sol, poluição, cuidados diários e todas as alterações causadas pelo desgaste natural da pele (SILVA *et al*., 2018).

O envelhecimento se deve às alterações degenerativas das fibras de colágeno e elásticas da derme e ao distúrbio do metabolismo do colágeno, que reduz sua produção e aumenta sua degeneração (MAIO,2011).

3.2 ASPECTOS RELEVANTE SOBRE A PANDEMIA DO COVID-19

3.2.1 COVID-19 e suas Particularidades

Uma Pandemia é chamada assim quando ela se espalha rapidamente em muitos países e afeta um número relativamente grande de pessoas. Geralmente tem consequências do micro para o macrossistema. Enquanto persistir, vai impor novas regras sociais e à população mundial Hábitos e mobilizações de diferentes naturezas para contê-lo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o surto de COVID-19 começou na China em dezembro de 2019. Desde então, ele se espalhou para diferentes lugares e pessoas. (BASTOS *et al*., 2020).

O COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo Coronavírus (SARS-CoV-2). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 31 de dezembro de 2019, o primeiro caso de pneumonia por um patógeno desconhecido ocorreu em Wuhan, na China, e foi notificado às autoridades sanitárias. Em janeiro de 2020 foi anunciado o sequenciamento do genoma viral. Em 12 de janeiro, a China compartilhou sequências genéticas com a OMS e outros países por meio do banco de dados da Iniciativa de Compartilhamento Internacional de Todos os Dados da Influenza (GISAID).

Desde então, os casos se espalharam rapidamente pelo mundo, inicialmente no continente asiático, relatados na Tailândia, Japão e Coreia do Sul em 13, 15 e 20 de janeiro, respectivamente. Em seguida, o vírus foi importado para outros países e continentes. Em 23 de janeiro, foi registrado o primeiro caso da doença nos Estados Unidos da América (EUA) (PIRES BRITO *et al*., 2020).

No Brasil, o primeiro caso foi confirmado em fevereiro, e várias ações foram tomadas para controlar e reduzir a propagação da doença. Em 3 de fevereiro de 2020, o país anunciou uma importante emergência nacional de saúde pública (ESPIN) antes mesmo da confirmação do primeiro caso. Desde o início da pandemia, o Ministério da Saúde do Brasil vem consolidando os dados de casos e óbitos da COVID-19 coletados e disponibilizados pelas secretarias estaduais de saúde. Isso permite que as pessoas entendam a dinâmica da doença no país e, assim, formem políticas para retardar o aumento do número de casos (BASTOS *et al*., 2020).

Assim, para entender de forma etimológica os CoVs são vírus de RNA de fita simples, não segmentado e de fita positiva com um envelope protéico, composto principalmente pela proteína E18. Suas partículas têm conformação espacial circular ou elíptica, geralmente são polimórficas e variam em diâmetro de 60 a 140 nm19. Pode ser provado por um microscópio eletrônico que existem enormes saliências em sua superfície, semelhantes a uma coroa, então seu nome é corona (coroa). Esta estrutura representa uma grande glicoproteína de pico de superfície chamada proteína S. Além dessas proteínas, outros CoV muito característicos incluem a proteína do nucleocapsídeo (proteína N), a proteína hemaglutinina esterase (HE) e a proteína M que medeiam o processo de ligação do vírus, garantindo que a forma do envelope seja mantida (HAGEMAN, 2019).

3.2.2 Impacto da pandemia na saúde da população

3.2.2.1 Aspectos de Saúde geral

. Sob o prisma da saúde mental, onde se lê pandemia, leia-se provável medo irracional ou uma noção injustificada de que a luta terminou, o que leva a sofrimento e mortes desnecessárias. Segundo a ONU (2020), a premissa da vigilância epidemiológica compreende a quarentena, o contingenciamento de recursos, práticas de distanciamento social, medidas prevenção ao contágio e estado de calamidade pública, no caso da pandemia causada pela COVID19, podendo levar ao agravamento de condições psíquicas já preexistentes em grupos específicos e afetando no geral a condição do indivíduo perante o grupo.

Em situações como a pandemia causada pela COVID-19 que estamos atravessando, o enfoque das pesquisas, serviços de saúde, gestores e mídia costuma ser direcionado aos aspectos biológicos da doença, dando pouca atenção ou subestimando os psicossociais. Entretanto, há consenso de que a pandemia pela COVID-19 afeta não apenas a saúde física, mas também a

saúde mental e o bem-estar das pessoas. Mais que isso, os surtos anteriores evidenciaram que os impactos na saúde mental podem ser mais prolongados e ter maior prevalência que a própria epidemia, cujas implicações econômicas e psicossociais podem ser incalculáveis. Durante as epidemia, portanto, a morbimortalidade secundária ao comprometimento na saúde mental tende a superar a relacionada diretamente à infecção (ORNELL; SCHUCH,*et al*, 2020).

Não havendo medicação curativa, a recomendação global de saúde pública é baseada em medidas de distanciamento social, uso de máscaras e reforço das medidas de higiene. Essas orientações são fundamentais para desacelerar a disseminação do vírus, no entanto reduzem o acesso aos recursos de rede de proteção psicossocial como trabalho, escola, lazer, família e amigos (ZHOU, *et al.*, 2020).

Um ponto importante nessa discussão é a vulnerabilidade psicossocial a qual as pessoas estão sujeitas e o impacto mental fomentado pela crise de uma pandemia, logo, é necessário que essas problemáticas sejam destacadas nesse cenário, a fim de buscar estratégias e redes de apoio psicossocial (FIORAVANTI, 2020).

O sentimento de medo é compreendido com uma reação natural e sadia diante de uma ameaça real e eminente, que demanda muitas vezes um agir racional para seu enfrentamento, pautado em informações realistas e concretas, com a finalidade de subsidiar, nesse caso, as medidas de proteção disponíveis. Entretanto, situações em que o medo se faz presente podem, eventualmente, gerar ansiedade, podendo causar, dependendo do grau de intensidade, um grande mal-estar aos indivíduos, acentuando ainda mais os desafios postos pela pandemia. (FIORAVANTI, 2020).

3.2.2.2 Aspectos da Saúde na pele

Até o momento, existem poucos dados sobre as manifestações cutâneas da infecção por COVID-19 na literatura. Embora o vírus não tenha propriedades cutâneas, há relatos de que pacientes com a doença apresentam manifestações cutâneas, e também há relatos de profissionais de saúde que sofrem de doenças de pele devido ao uso prolongado de equipamentos de proteção ou higiene excessiva (DARLENSKI; TSANKOV, 2020).

As complicações cutâneas da infecção por COVID-19 são inicialmente devidas a equipamentos de proteção individual (EPI), fricção, ruptura da barreira epidérmica e hidratação excessiva das reações de contato, todas as quais podem exacerbar doenças cutâneas existentes. As manifestações dermatológicas são muito diferentes das registradas durante a pandemia de influenza de 1918-1919 (WANG; PARISH, 2019). Eritema, pápulas, maceração e descamação

são as alterações cutâneas mais comumente relatadas, causadas pelo uso prolongado de EPI. As manifestações clínicas incluem dor em queimação, coceira e dor. As áreas da pele mais comumente afetadas são a ponte do nariz, bochechas, testa e mãos. O contato prolongado com máscaras e óculos de proteção pode causar uma variedade de doenças da pele, desde urticária de contato e pressão ou dermatite de contato até a deterioração da condição original da pele (YAN *et al*., 2019).

Usar uma tampa protetora e a oclusão que a acompanha pode induzir coceira e foliculite ou exacerbar a dermatite seborréica. O uso prolongado de luvas de proteção pode levar à oclusão da epiderme e a estados de hiperidratação clinicamente observáveis, como maceração e erosão, que podem levar ao desenvolvimento de dermatite de contato. A lavagem excessiva das mãos com detergentes / desinfetantes pode danificar a camada hidrolipídica da pele, além de causar irritação e até dermatite de contato (YAN *et al*., 2019).

Físico atópico, baixa umidade, frequência de lavagem das mãos, trabalho úmido, uso de luvas em horários de trabalho são importantes fatores de risco para o desenvolvimento e / ou agravamento da dermatite das mãos. Para a prevenção da dermatite de contato, recomendamos o uso regular de cremes protetores para a pele, especialmente após a lavagem das mãos e antes do uso de EPI (DARLENSKI; TSANKOV, 2020).

3.3 CUIDADOS IMPORTANTES DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

Arraigado em novas expectativas de práticas de prevenção e promoção da saúde em geral, abre possibilidades importantes para a epistemologia jurídica e as discussões éticas relacionadas à saúde. A vulnerabilidade se manifesta nas condições inerentes e/ou adquiridas de indivíduos ou grupos. Diante de ameaças traumáticas eventos, obstáculos surgirão. A resiliência está relacionada à vulnerabilidade e índice de saúde mental por meio de crenças e valores espirituais. A espiritualidade como fator de proteção pode aumentar a resistência ao estresse da vida, por outro lado, as vantagens serão percebidas por meio da adaptação ativa. Neste conceito, o indivíduo busca compreender o processo de forma a proporcionar um desenvolvimento psicológico saudável (ORNELL, *et al*., 2020).

Sempre que possível, o isolamento e a prática de distanciamento social e medidas de contenção são essenciais para administrar a crise na atual pandemia. Por causa dessas práticas, é necessário estudar cuidadosamente os efeitos psicológicos da privação de liberdade para os indivíduos em quarentena, porque a dor psicológica costuma ser maior. Portanto, é importante ressaltar que abandonar abruptamente uma atividade prazerosa, abandonar algo considerado

importante, ou mesmo quebrar a rotina, pode ser um grande desafio para a implementação de medidas de prevenção de riscos, mesmo no curto prazo (FIORAVANTI, 2020).

Partindo então para perspectiva mais dermatológica, uma das primeiras formas de cuidar da pele vem dos possíveis exames que podem ser realizados. Em outras áreas da medicina, os tecidos para exame histológico estão facilmente disponíveis. Portanto, a biópsia de pele tornou-se parte integrante do diagnóstico dermatológico. Existem muitos motivos para a biópsia de pele, incluindo:

• Incerteza no diagnóstico clínico.
• Investigar reações adversas ao tratamento.
• Excluir ou investigar a evolução de uma situação para outra.
• Investigar os sintomas na ausência de uma doença clinicamente identificável.

Independentemente do motivo da biópsia de pele, é importante perceber que o método de obtenção de tecido suficiente é mais do que simplesmente remover a amostra mecanicamente. Este é um processo de várias etapas, executado com precisão e cautela premeditada, para obter o máximo de informações úteis20,21. Existem muitas deficiências que limitam o valor diagnóstico da biópsia de pele, incluindo seleção de local, técnica de biópsia ou tratamento de tecido inadequados. Independentemente das limitações específicas, o resultado final pode ser o mesmo que falta de diagnóstico, diagnóstico impreciso ou desconexão patológica clínica (BOLOGNIA, 2015).

Como todos os outros órgãos do corpo humano, os alimentos têm um grande efeito na pele. Uma dieta saudável deixará a pele mais bonita. Por exemplo, alimentos ricos em gordura promovem a formação de cravos e acne. Frutas e vegetais ricos em vitamina A ajudam a equilibrar a oleosidade, e produtos ricos em vitamina E, como grãos e grãos, ajudam a hidratar a pele seca. Portanto, assim como a alimentação, de acordo com as recomendações da World Health Organization (WHO), beber pelo menos dois litros de água por dia ajuda a manter a saúde da pele. Os hidratantes também podem ser usados diariamente para prevenir o ressecamento. A hidratação ajuda a manter a barreira da pele intacta e previne infecções (CHEN, 2006).

O sedentarismo também afeta a pele. O exercício regular produz antioxidantes, que são substâncias que previnem o envelhecimento prematuro da pele. A atividade física também ajuda a manter a flexibilidade. Dessa forma, assim como o dia e a noite têm seus efeitos, o corpo irá restaurar a energia durante o sono, o que também se reflete na pele. Noites sem dormir têm efeitos imediatos na pele, como coloração do rosto e olheiras. É importante dormir pelo menos 7 horas por dia e ficar longe de dispositivos eletrônicos e objetos que podem interferir no seu

sono. Para as mulheres, a regra é nunca dormir com maquiagem. A limpeza deve ser um ritual noturno, o que ajudará a deixar sua pele mais bonita e saudável por muitos anos. Lavar o rosto regularmente e usar produtos que ajudem a remover a sujeira e a maquiagem do dia a dia são medidas para prevenir o aparecimento de cravos e acne e manter a pele saudável (CHEN, 2006).

O sol é o vilão da pele. Além de causar manchas, queimaduras e envelhecimento precoce, o sol forte também pode causar câncer de pele, que é o tipo de câncer mais comum no Brasil. Para evitar os efeitos nocivos da luz solar, o filtro solar deve ser usado todos os dias, mesmo em dias nublados e em ambientes fechados. Quando estiver em um local ensolarado (como a praia), use também barreiras físicas, como guarda-chuvas, chapéus e roupas, para ajudar a proteger sua pele do sol. O uso diário de protetor solar não é apenas recomendado, mas necessário.

A radiação ultravioleta (UVA) tem um efeito cumulativo, o que significa que quando você se expõe ao sol todos os dias, sua pele fica mais danificada. Como os raios UVA podem penetrar camadas mais profundas da pele, as pessoas que não usam protetor solar têm maior risco de câncer. O fator de proteção solar (FPS) do filtro solar deve ser 30 ou superior, dependendo do seu tipo de pele (BEN–GASHIR; HAY, 2002).

4 MÉTODOS E TÉCNICAS

4.1 TIPO E LOCAL DE ESTUDO

Do ponto de vista da abordagem do problema o presente estudo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa quantitativa, e quanto aos objetivos foi do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento.

Este meio quantitativo determina-se pelo uso da quantificação quando a busca é coletar dados que possam ser traduzidos em números para análises posteriores. Esta é uma forma prática de converter todos os dados obtidos em números ou percentagens. As amostras quantitativas geralmente são grandes, envolvendo um grande número de entrevistados, e os resultados produzidos são considerados verdadeiros representantes de toda a população-alvo da pesquisa. Possui medidas numéricas padronizadas e os resultados são analisados ao final do estudo, o mais importante nesse tipo de estudo é definir uma amostra que garanta a menor margem de erro possível (LOZADA; NUNES, 2019).

A pesquisa descritiva visa descrever as características da situação. Permite a descrição de fenômenos e o uso da observação como principal meio de coleta de dados. Tenta examinar a situação para determinar o que é padrão em um determinado contexto, ou seja, o que pode ser previsto nas mesmas circunstâncias (SANTOS; FILHO, 2012).

Por outro lado, a pesquisa exploratória é realizada sobre um problema ou questão de pesquisa que geralmente são assuntos com pouco ou nenhum estudo anterior a seu respeito. O objetivo de uma pesquisa exploratória é estudar um assunto ainda pouco explorado para proporcionar uma visão geral do fato, é procurar padrões, ideias ou hipóteses. Dessa forma, os pesquisadores poderão estabelecer hipóteses sobre o assunto e aprimorar sua compreensão (LOZADA; NUNES, 2019).

A pesquisa de levantamento é um tipo de pesquisa que visa obter dados ou informações sobre as características ou opiniões de um grupo de pessoas que são selecionadas como representantes de um grupo. É usado para avaliar os pensamentos, opiniões e sentimentos das pessoas. Se caracteriza por usar um conjunto predeterminado de questões para todos os respondentes (SANTOS; FILHO, 2012).

4.2 POPULAÇÃO E AMOSTRAGEM

A população foi formada pelos estudantes do curso de bacharelado em fisioterapia de um Centro Universitário no interior da Paraíba-PB e a amostragem foi constituída pelos primeiros 129 voluntários que aceitarem fazer parte da pesquisa, considerando o cálculo amostral com nível de confiança de 95% e erro amostral de 5%.

4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Como critérios de inclusão dos voluntários na pesquisa foi necessário como pré-requisito, serem de ambos os sexos, terem mais de 18 anos, estarem devidamente matriculados na curso de bacharelado em fisioterapia e terem manifestado o Aceito através de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE (APÊNDICE A) disponibilizado de forma online. Como critérios de exclusão foi utilizado questionários incompletos ou pessoas que trancaram ou abandonaram o curso de fisioterapia na instituição escolhida.

4.4 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi com a aplicação de um questionário (APÊNDICE C) elaborados pelos autores da pesquisa, sendo aplicado aos estudantes de fisioterapia de uma instituição de ensino superior de Patos-PB.

Inicialmente a pesquisa passou pela análise do Comitê de Ética em Pesquisa que aceitou o parecer de aprovação, onde em seguida foi encaminhado para os estudantes um questionário on-line através da ferramenta Google Forms, contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. No questionário biodemográfico coletamos as seguintes informações pessoais dos participantes: idade, estado civil, período da graduação, tipo de pele, peso, se houve uma mudança no período da pandemia, se apresentou alguma sequela com o uso de máscara.

4.5 ANÁLISE DOS DADOS

A análise dos dados da amostra foi realizada de forma ordenada e coerente, para facilitar a interpretação dos objetivos da pesquisa, com utilização de gráficos, tabelas e legendas. Os dados foi tratados através de estatística descritiva (média e desvio-padrão), utilizando-se os programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010.

4.5 PROCEDIMENTO ÉTICO

A realização deste estudo considerou a Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde que rege sobre a ética da pesquisa envolvendo seres humanos direta ou indiretamente, assegurando a garantia de que a privacidade do sujeito da pesquisa será preservada. Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário - UNIFIP. Após a concessão de sua aprovação, todos os sujeitos envolvidos na pesquisa assinarão o item aceito a participar da pesquisa para conseguir ter acesso ao questionário. A preservação da privacidade dos sujeitos será garantida por meio do Termo de Compromisso do Pesquisador (APÊNDICE C).

5 ARTIGO A SER SUBMETIDO À REVISTA *INTERFACES: SAÚDE, HUMANAS E TECNOLOGIA*

CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

AESTHETIC CARE OF UNIVERSITY PHYSIOTHERAPY STUDENTS IN THE PERIOD OF PANDEMIC BY COVID-19

ARTIGO ORIGINAL

CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

AESTHETIC CARE OF UNIVERSITY PHYSIOTHERAPY STUDENTS IN THE PERIOD OF PANDEMIC BY COVID-19

Monara Stefanny da N. Araujo[1]
Eva Jaminne de Lucena Araujo[2]

RESUMO

Objetivo: Este estudo objetiva analisar quais foram os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia.
Métodos: Trata-se de um estudo que foi desenvolvido a partir de uma pesquisa quantitativa, e quanto aos objetivos foi do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento, realizado com os Universitários do curso de Fisioterapia realizado no Centro Universitário de patos-UNIFIP. A análise foi realizada nos programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010.
Resultados: O estudo teve como resultado em relação aos cuidados estéticos durante o período de pandemia, 65,90% (n=29) dos participantes fez uso do filtro solar. Observou-se que o procedimento mais realizado foi a limpeza de pele com 83,30% (n=15) e adquiriram produtos de beleza como maquiagem com 68,40% (n=26). Percebeu-se que os cuidados com a saúde foi realizada como a ingestão recomendada de água com 61,90% (n=26) e a pratica de atividade física com 57,10% (n=24). E a frequência que foi realizada esses cuidados estéticos foi esporadicamente (as vezes) em maior número 51,10% (n= 23).
Conclusões: Conclui-se que mesmo no período de pandemia durante o isolamento social, período que ficamos mais tempo dentro de casa, os cuidados com a pele foi mantido, a importância dada à imagem, aparência, corpo, beleza e estética é notória nos dias atuais.
Palavras-chave: Acne; Pele; Pandemia; covid-19; Autoestima

ABSTRACT

Objective: This study aims to analyze what aesthetic care was in the period of pandemic in physiotherapy university students.

Methods: This is a study that was developed from quantitative research, and the objectives were descriptive and exploratory, through a survey, conducted with the University of Physical Therapy conducted at the University Center of Ducks-UNIFIP. The analysis was performed in the SPSS version 21.0 programs for Windows and Windows Excel, version 2010.

Results: The study resulted in aesthetic care during the pandemic period, 65.90% (n=29) of the participants used sunscreen. It was observed that the most performed procedure was skin cleansing with 83.30% (n=15) and acquired beauty products such as makeup with 68.40% (n=26). It was noticed that health care was performed as the recommended intake of water with 61.90% (n=26) and the practice of physical activity with 57.10% (n=24). And the frequency that was performed this aesthetic care was sporadically (sometimes) in greater number 51.10% (n= 23).

Conclusions: It is concluded that even in the period of pandemic during social isolation, period that we spend longer indoors, skin care was maintained, the importance given to image, appearance, body, beauty and aesthetics is notorious today.

Keywords: Acne; Skin; Pandemic; covid-19; Self-esteem

INTRODUÇÃO

A pele é de natureza dinâmica, apresentando alterações constantes, com grande capacidade de renovação e reparação e com um certo grau de impermeabilidade. (DAVID, 2017).

Quando a pele é lesionada, torna-se entrada para infecções, podendo colocar o organismo em risco, como na ocorrência de vírus, bactérias e fungos. Com o passar do tempo, a pele vai se degradando e perdendo a hidratação natural. Logo, manter os cuidados com a pele rotineiramente é fundamental para preservar o tecido. Cuidar da pele é essencial, não importa o sexo, a idade e o tipo de pele. Sendo assim, tendo ciência de sua importância, é primordial protege-la (FERREIRA *et al*., 2020).

Em meio aos cuidados da saúde na atualidade, destaca-se a surgimento do Covid-19 que é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus, afetando a vida cotidiana das pessoas. Foi declarada em março de 2020 pela Organização da Mundial da Saúde (OMS) como epidemia e logo em seguida pandemia, afligindo milhares de pessoas em todo o mundo, com a ocorrência de sintomas leves a graves e ao óbitos de pessoas acometidas. Os sintomas mais recorrentes dessa infecção viral são febre, resfriado, tosse, dores nos ossos e problemas respiratórios. Atualmente, os impactos do COVID-19 na vida diária são extensos e têm consequências de longo alcance (HALEEM; JAVAID; VAISHYA, 2020).

A pandemia afetou muitas pessoas de forma direta ou indiretamente, entrou em nossas vidas de muitas maneiras, como na vida social, rotina de trabalho, e cuidados com a pele na qual os efeitos negativos pode ir de ressecamento da pele a fissuras, com o aumento dramático do uso de equipamentos de proteção individual (EPIs) (SCIESZKO *et al*.,2021).

É importante realçar os efeitos contrário do uso de EPIs necessários para se evitar ou minimizar os riscos de infecção pelo COVID-19, como, o uso da máscara. As máscaras criam um ambiente quente e úmido, e o uso a longo prazo pode causar irritação, erupções cutâneas, acne e dermatite de contato. Um estudo realizado por Koh (2020) destaca a alta incidência de complicações cutâneas, como lesões na pele e mucosa, relacionadas as medidas de prevenção, que afetaram a ponte nasal, as mãos, a bochecha e a testa (TEIXEIRA *et al*.,2020).

MÉTODOS E TÉCNICAS

Trata-se de um estudo que a abordagem do problema do presente estudo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa quantitativa, e quanto aos objetivos foi do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento. É resultado de uma pesquisa a qual visava analisar quais os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia e que respeitou todas as normas para desenvolvimento da mesma, sendo aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário UNIFIP de Patos.

A população número do parecer: 5.198.416 foi formada pelos estudantes do curso de bacharelado em fisioterapia de um Centro Universitário no interior da Paraíba-PB e a amostragem foi constituída pelos primeiros 129 voluntários que aceitarem fazer parte da pesquisa, considerando o cálculo amostral com nível de confiança de 95% e erro amostral de 5%.

O presente estudo tem como critérios de inclusão: como critérios de inclusão dos voluntários na pesquisa foi necessário como pré-requisito, terem mais de 18 anos, estarem devidamente matriculados no curso de bacharelado em fisioterapia e terem manifestado o Aceito através de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, disponibilizado de forma online. Como critérios de exclusão: foi utilizado questionários incompletos ou pessoas que trancaram ou abandonaram o curso de fisioterapia na instituição escolhida.

A coleta de dados deu-se entre os meses de abril e maio de 2022 no curso de bacharelado em fisioterapia do Centro Universitário UNIFIP de Patos. A coleta de dados foi com a aplicação de um questionário elaborados pelos autores da pesquisa, sendo aplicado aos estudantes de fisioterapia de uma instituição de ensino superior de Patos-PB.

Inicialmente a pesquisa passou pela análise do Comitê de Ética em Pesquisa que aceitou o parecer de aprovação, onde em seguida foi encaminhado para os estudantes um questionário on-line através da ferramenta Google Forms, contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. No questionário biodemográfico coletamos as seguintes informações pessoais dos participantes: idade, estado civil, período da graduação, tipo de pele, peso, se houve uma mudança no período da pandemia, se apresentou alguma sequela com o uso de máscara.

A análise dos dados da amostra foi realizada de forma ordenada e coerente, para facilitar a interpretação dos objetivos da pesquisa, com utilização de gráficos, tabelas e legendas. Os dados foram tratados através de estatística descritiva (média e desvio-padrão), utilizando-se os programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010.

A realização deste estudo considerou a Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde que rege sobre a ética da pesquisa envolvendo seres humanos direta ou indiretamente, assegurando a garantia de que a privacidade do sujeito da pesquisa será preservada. Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário - UNIFIP.

7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dados relativos aos sujeitos da pesquisa

Participaram do estudo 46 estudantes do curso de bacharelado em fisioterapia de um Centro Universitário no interior da Paraíba-PB, por meio virtual. Observou-se a prevalência do sexo feminino de 84,80% (n=39), com uma faixa etária de 19 a 25 anos de idade 84,80% (n=39) e cor de pele branca em maior número 52,20% (n=39). Observou-se no estudo um predomínio do tipo de oleosa 52,20% (n=24), sendo o fototipo mais predominante nesses indivíduos foi o Grau III Moderadamente sensível – queima levemente e pigmenta facilmente com 37% (n=17).

Tabela 1: Descrição do perfil biodemográfico dos universitários de fisioterapia (N=46).

VARIÁVEL	N	%
Sexo		
Feminino	39	84,80
Masculino	7	15,20
Faixa Etária		
Entre 19-25anos	39	84,80
Entre 26-30anos	4	8,70
Entre 31-40anos	2	4,30
Mais de 40anos	1	2,20
Estado Civil		
Solteiro(a)	43	93,50
Casado(a)	2	4,30
Cor da Pele		
Branca	24	52,20
Preta	3	6,50
Parda	19	41,30
Tipo de Pele		
Seca	3	6,50
Oleosa	24	52,20
Mista	14	30,40
Normal	5	10,90
Classificação do Fototipo (Fitzpatrick):		
Tipo I	9	19,60
Tipo II	14	30,40
Tipo III	17	37
Tipo IV	4	8,70
Tipo V	1	2,20
Tipo VI	1	2,20

Fonte: Dados da Pesquisa (2022).

De acordo com os dados obtidos neste estudo, verificou-se que a maior parte dos voluntários universitários que tiveram cuidados estéticos durante a pandemia que participaram

foi de gênero feminino. Esses dados podem ser justificados através do estudo de Mello *et al*. (2020) no qual observou que nas últimas décadas, em nível mundial, observasse uma mudança no estilo de vida das pessoas. Complementam que as mulheres representam a maioria da população, resultados demonstrou que os procedimentos estéticos impactam de forma positiva na autoestima de mulheres, o que justifica a sua maioria na pesquisa.

As mulheres estão procurando cada vez mais cedo por esses procedimentos, como mostra neste estudo a idade que mais realiza procedimentos estéticos é de 19 à 25 anos de idade. O importante é que cada pessoa esteja consciente de suas necessidades estéticas, e assim, buscar a maneira correta junto ao profissional capacitado para o tratamento adequado (MARTINS, *et al.*,2020).

A partir de uma análise dos tipos de pele dos acadêmicos pesquisados, percebe-se que os brancos se destacam dos demais. Este estudo confirma que a pele oleosa é o tipo de pele mais comum. Fitzpatrick propôs seis tipos de pele humana, variando do Tipo I (pele branca) ao Tipo VI (pele escura), com base no tipo de foto e etnia. Segundo a pesquisa, a pele moderadamente sensível é cada vez mais comum.

O estudo de COSTA et al. (2009) mostrou que a cor da pele varia de acordo com a etnia e, dentro dos indivíduos, de acordo com a região do corpo, é influenciada pelas condições ambientais. O sebo é normalmente eliminado pelos folículos sebáceos localizados na derme. Em pesquisas, como o estudo de Vaz et al. (2016) afirma que existem múltiplos fatores que podem desencadear este problema de pele sensível, como calor, frio, vento, luz solar, produtos químicos, medicamentos, etc., e identificar a causa nem sempre é fácil.

Cuidados estético em universitários de fisioterapia

Em relação aos cuidados estéticos durante o período de pandemia, 65,90% (n=29) dos participantes fez uso do filtro solar. Observou-se que o procedimento mais realizado foi a limpeza de pele com 83,30% (n=15) e adquiriram produtos de beleza como maquiagem com 68,40% (n=26). Observou-se que os cuidados com a saúde foi realizada como a ingestão recomendada de água com 61,90% (n=26) e a pratica de atividade física com 57,10%(n=24). A frequência que foi realizada esses cuidados estéticos foi esporadicamente (as vezes) em maior número 51,10% (n= 23).

Tabela 2: Os cuidados estéticos no período de pandemia nos universitários de fisioterapia (N=46).

VARIÁVEL	N	%
Quais os cuidados estéticos você realizou durante o período da pandemia? Pode ser mais de uma opção.		
Limpeza de pele	21	47,70
Hidratação facial	23	52,30
Hidratação corporal	18	40,90
Uso de filtro solar	29	65,90
Esfoliação facial	18	40,90
Esfoliação corporal	6	13,60
Tratamento capilar	11	25
Peeling químico	1	2,30
Qual(is) procedimento(s) estético foi(ram) submetido(s)? Pode ser mais de uma opção.		
Drenagem Linfática	1	5,60
Microagulhamento	1	5,60
Limpeza de Pele	15	83,30
Massagem modeladora	1	5,60
Peeling químico	2	11,20
Preenchimento Labial	1	5,60
Quais os produtos de beleza você adquiriu no período da pandemia? Pode ser mais de uma opção.		
Maquiagem	26	68,40
Produtos de limpeza da pele	25	65,80
Hidratantes faciais	24	63,20
Hidratantes corporais	19	50
Produtos anti-idade	3	7,90
Produtos para mancha de pele	12	31,60
Vitamina C	1	2,60
Retenção de Liquido	1	2,60
Quais os cuidados de saúde você realizou durante o período da pandemia?		
Praticou atividade física	24	57,10
Reeducação alimentar ou dieta restritiva	9	21,40
Ingestão recomendada de água	26	61,90
Exposição solar no período recomendado	10	23,80
Nenhum	2	4,80
Qual a frequência você realizou os cuidados estéticos?		
Esporadicamente (ás vezes)	23	51,10
Mensalmente	3	6,70
Semanalmente	8	17,80
Diariamente	8	17,80
Nunca	2	4,40

Fonte: Dados da Pesquisa (2022).

Conforme os dados obtidos, pode-se observar que durante o período de Pandemia pelo COVID-19 os participantes fez uso do filtro solar. O estudo de Helena *et al*. (2006) afirma a necessidade do uso do filtro solar na prevenção do fotoenvelhecimento e para prevenção das doenças de pele, os filtros solares são preparações para uso tópico que reduzem os efeitos deletérios da radiação ultravioleta e podem ser divididos em químicos e físicos. A associação de ambos potencializa o efeito protetor.

Foi observado também o cuidado estético como a limpeza de pele. Em concomitância ao estudo de Cabral *et al*. (2020), analisa-se que a limpeza de pele atua no controle da acne e na sua prevenção, visto que é um procedimento que tem finalidade de higienizar profundamente a pele, removendo as impurezas mais complexas, como comedões, pústulas, retira células mortas e outros agentes externos.

Como pode ser visto na análise, o consumo de maquiagens é maior. Para Dias (2018), a preocupação com a aparência faz com que as pessoas sejam grandes consumidores de produtos de beleza. Dentro do mercado de cosméticos, pode-se destacar o segmento de maquiagem. Maquiagens são tratamentos que ajudam a proteger e nutrir a pele ao longo do dia, além de valorizar os traços e corrigir imperfeições, proporcionando beleza e bem estar.

Observou-se que durante o período de pandemia os participantes fizeram ingestão recomendada de água. O estudo de Fonseca *et al.* (2017), afirma que o ser humano, em sua rotina normal, deve ingerir de 2 a 3 litros de água diariamente, para manter uma vida saudável e equilibrada. A água é responsável por inúmeras funções benéficas na recuperação do equilíbrio metabólico.

E foi observado a pratica de exercício físico, segundo Silva (2011) o exercício regular é importante para manter um estilo de vida saudável. Ele fornece vários benefícios para a saúde por si só. É também um meio eficaz de prevenção de ocorrência de doenças futuras.

Percebe-se que a preocupação com a beleza é alvo das atenções de toda humanidade, e a preocupação com a estética está aumentando a cada dia. Um estudo de Silveira (2011) validou a alta frequência de tratamentos cosméticos. Hoje, é notória a ênfase na imagem, na aparência, no corpo, na beleza e na estética, predominando o culto ao corpo e à beleza. Os estilos de vida modernos mostram que os indivíduos precisam cada vez mais encontrar maneiras de manter os padrões.

7 CONCLUSÕES

O presente artigo analisou os cuidados estéticos no período de pandemia nos universitários de fisioterapia, e obteve como resultado dos participantes, fizeram uso do filtro solar. Observou-se que o procedimento mais realizado foi a limpeza de pele com e adquiriram produtos de beleza como maquiagem. Os cuidados com a saúde foi realizada a ingestão recomendada de água. E a frequência que foi realizada esses cuidados estéticos foi esporadicamente (as vezes).

Portanto, conclui-se que mesmo no período de pandemia durante o isolamento social, período que ficamos mais tempo dentro de casa, os cuidados com a pele foi mantido, a importância dada à imagem, aparência, corpo, beleza e estética é notória nos dias atuais.

REFERÊNCIAS

MELLO, Márcia de, et al. “Cuidados E O Impacto Da Aparência Estética Na Percepção Social de Um Grupo de Mulheres Idosas.” *Revista Brasileira de Geriatria E Gerontologia*, v. 23, n. 2, 2020.

MARTINS, Roseneide Da Silva Gusmão, and Zamia Aline Barros Ferreira. “A Importância Dos Procedimentos Estéticos Na Autoestima Da Mulher / the Importance of Aesthetic Procedures in Women’s Self-Esteem.” *ID on Line REVISTA de PSICOLOGIA*, v. 14, n. 53, 28 Dec. 2020, p. 442–453.

COSTA, Claudia. PROPOSTA DE CARACTERIZAÇÃO FOTOACÚSTICA DO NÍVEL DE OLEOSIDADE DA PELE. **Varia Scientia**, v. 08, n. 14, p. 67–80, 2009.

VAZ, Inês Cardoso. Pele sensível. **repositorio.ul.pt**, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/35846>. Acesso em: 26 set. 2022.

HELENA DE FARIA, Maria; TOFETTI, Castro ; ROBERTA DE OLIVEIRA, Vanessa. [s.l.: s.n.], 2006.

CABRAL, Lorena Dias da Silva; PEREIRA, Samara De Oliveira ; PARTATA, Anette Kelsei. FILTROS SOLARES E FOTOPROTETORES – UMA REVISÃO. **Infarma - Ciências Farmacêuticas**, v. 25, n. 2, p. 107–110, 2020.

DIAS CARDOSO, Samuel ; CONCEIÇÃO DE SOUZA, Sandro. **Aspectos Fisiológicos da Ingestão de Água no Organismo Humano e sua Influência no Rendimento Atlético**

Physiological Aspects of Drinking Water in the Human Body and its Influence on Athletic Performance. [s.l.: s.n.], 2010.

FILIPA DA FONSECA, Liliana; ORIENTADO, Afonso; PEDRO, Graça; *et al*. **Estratégias para aumentar a ingestão de água Strategies to increase water consumption**. [s.l.: s.n.], 2017.

SILVA, Paulo ; JR, Áderson, **Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes**, repositorio.unb, 2011.

SILVEIRA, Juliana ; PETTE, Aline. **Nutrição Estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional**. [s.l.: s.n.], 2011.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo respondeu todos os objetivos tendo como conclusão que os participantes eram na maioria do sexo feminino, com faixa etária entre 19 a 25 anos de idade, maior parte de cor de pele branca, oleosa e de tipo sensível sendo a mais comum.

Mostrou que os cuidados estéticos com a pele e corpo no período de pandemia, foram mantidos, como o uso do filtro solar, procedimento de limpeza de pele, adquiriram produtos de beleza como maquiagem, ingestão de água e a pratica de atividade física.

Desta forma são importantes estudos que mostrem que mesmo durante um isolamento social devido uma pandemia pelo covid-19, é de extrema importância manter os cuidados com a pele e corpo.

Os resultados obtidos nesse estudo contribuem para agregar com informações que mesmo no período de pandemia durante o isolamento social, os cuidados com a pele manteve numa época em que passamos mais tempo dentro de casa, e a ênfase na imagem, aparência, corpo, beleza e estética tornou-se notória nos dias de hoje.

REFERÊNCIAS

ACCIOLY-FILHO J.W. Expressão das citoqueratinas em lesões pré-malignas e malignas dos queratinócitos. **Tese de Mestrado, área de concentração**: Dermatologia. Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 1995.

BAREL, A. O.; PAYE, M.; MAIBACH, H. I. Cosmetic Science and Technology**. Informa Healthcare**. 2009; v. 3, p. 1-887.

BARONI A.; BUOMMINO E., et al **Structure and function of the epi- dermis related to barrier properties**. Clin Dermatol. 2012;30(3):257–262. PMID: 22507037.

BASTOS, L. S. *et al*. COVID-19 e hospitalizações por SRAG no Brasil: uma comparação até a 12ª semana epidemiológica de 2020. **Cadernos de Saúde Pública**, [*s. l.*], v. 36, n. 4, 2020. DOI 10.1590/0102-311x00070120. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ress/a/zNVktw4hcW4kpQPM5RrsqXz/?lang=pt. Acesso em: 23 set. 2021.

BEN–GASHIR, M. A.; HAY, R. J. Dependência de escores de eritema pode mascarar dermatite atópica grave em crianças negras em comparação com os seus homólogos brancos. Br, **Dermatol**. 2002; v. 147, p. 920–925.

BOLOGNIA J. **Dermatologia**. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2015.

Brasil. Ministério da Saúde. Portaria MS/GM n. 188, de 3 de fevereiro de 2020. **Declara Emergência em Saúde Pública de importância Nacional em decorrência da Infecção Humana pelo novo Coronavírus (2019-nCoV)** [Internet]. Diário Oficial da União, Brasília (DF); 2020 fev 4 [citado 2020 Apr 27];Seção Extra:1. Disponível em http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/portaria/prt188-20-ms.htm

BROWN S.J.; MCLEAN W.H. One remarkable molecule: fila- ggrin. J **Invest Dermatol**. 2012;132(3):751–762. PMID: 22158554

CARDOSO, L. *et al*. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [*s. l.*], v. 69, ed. 4, 2020. DOI 10.1590/0047-2085000000296. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PkBT45dVrcWb4rDxMssZZFp/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 23 set. 2021.

CHEN, S. C.; PENNIE, M. L.; KOLM, P., et al. Diagnóstico e tratamento lesões cutâneas pigmentadas: médicos de cuidados primários versus dermatologistas. **J Gen Intern Med**. 2006; 21:678–682.

CRIBIER B.; GROSSHANS E. **Les cytokératines dans la peau et les muqueuses malpighiennes**. Ann Dermatol Venereol. 1993;120(4):327-35.

DARLENSKI R.; TSANKOV N. Covid-19 pandemic and the skin - What should dermatologists know? **Clinics in dermatology**. 2020. DOI:10.1016/j.clindermatol.

DAVID, A. R. **Dermatologia**, 7ª edição. Rio de Janeiro: Grupo GEN, 2017. 9788527732475. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527732475/. Acesso em: 23 set. 2021.

FERREIRA, R.; MOISES, J. A IMPORTÂNCIA DO USO DO PROTETOR SOLAR PARA A SAÚDE DA PELE. **XV Semana Universitária** , UNIFIMES, 2020.

FIORAVANTI C. Semelhanças Entre A Gripe Espanhola e a Covid-19: Pandemia Do Início do século XX e a atual levaram à valorização do sistema público de saúde. **Pesquisa FAPESP**. [Internet]. 2020[acesso em 2020 maio 9]. Disponível em: https://revistapesquisa.fapesp.br/202 0/03/26/semelhancas-entre-a-gripeespanhola-e-a-covid-19/

GALLO R.L.; HOOPER L.V. **Epithelial antimicrobial de- fence of the skin and intestine**. Nat Rev Immunol. 2012;12(7):503–516. PMID: 22728527.

GARBACCIO, J. L.; FERREIRA, A. D.; PEREIRA, A. L. G. Conhecimento e prática referidos por idosos no autocuidado com a pele no Centro-Oeste de Minas Gerais. **Bras. Geriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, v. 19, ed. 1, 2020. DOI https://doi.org/10.1590/1809-9823.2016.14237. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgg/a/MZTxb7vmbDv7mdPsfXfGrcj/?lang=pt&format=pdf. Acesso em: 23 set. 2021.

GONÇALVES, G. R.; et al. **Benefícios da ingestão de colágeno para o organismo humano, benefits of collagen ingestion for human bory**. v. 8, p. 191, 2015.

HAGEMAN J. The coronavirus disease 2019 (Covid-19). **Pediatr Ann**. 2020;49(3):99-100. https://doi.org/10.3928/19382359-20200219-01

HALEEM, A.; JAVAID, M.; VAISHYA, R. Effects of COVID-19 pandemic in daily life. **Current Medicine Research and Practice**, [*s. l.*], v. 10, ed. 2, 2020. DOI 10.1016/j.cmrp.2020.03.011. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7147210/. Acesso em: 23 set. 2021.

JONES, A.; WALLING, H. Púrpura retiforme em placas: a abordagem morfológica para diagnóstico. **Clin Exp Dermatol**. 2007; 32:596–602

KAPLAN D.H. **Langerhans cells: not your average den- dritic cell**. Trends Immunol. 2010;31(12):437. PMID: 21075684

LOZADA, G.; NUNES, Karina.da. S. *Metodologia Científica*. Grupo A, 2019. 9788595029576. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595029576/. Acesso em: 03 nov. 2021.

MAIO, M. **Tratado de Medicina Estética**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2011

MENDONÇA, R.; RODRIGUES, G. As principais alterações dermatológicas em pacientes obesos. **ABCD. Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva**, São Paulo, v. 24, ed. 1, 2011. DOI 10.1590/s0102-67202011000100015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/abcd/a/xJ46tyQmLjzndNmsRQcSBJL/?lang=pt&format=pdf. Acesso em: 23 set. 2021.

NESTLE F.O.; KAPLAN D.H.; BARKER J. **Mechanisms of disease: psoriasis**. N Engl J Med. 2009;361(5):496–509. PMID: 19641206.

Organização das Nações Unidas (ONU). **ONU diz que medo não pode viralizar após pandemia de novo coronavírus** [Internet]. 2020[acesso em 2020 abr 30]. Disponível em: https://news.un.org/pt/story/2020/0 3/1707031

ORNELL F.; SCHUCH J.B.; SORDI A.O.; KESSLER F.H.P. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. **Braz J Psychiatry**. 2020; 42(3):232-5. DOI: https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008

PIRES BRITO, S. B. *et al*. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Vigilância Sanitária em Debate**, [*s. l.*], v. 8, ed. 2, 2020. DOI 10.22239/2317-269x.01531. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/07/1103209/2020_p-028.pdf. Acesso em: 23 set. 2021.

RIBEIRO-SILVA, R. C. *et al*. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [*s. l.*], v. 25, ed. 9, 2020. DOI 10.1590/1413-81232020259.22152020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/mFBrPHcbPdQCPdsJYN4ncLy/?lang=pt. Acesso em: 23 set. 2021.

SADLER, T. W. Langman - **Embriologia Médica.** 13. ed. rev. [S. l.: s. n.], 2016. v. 5.

SANTOS, João. A.; FILHO, Domingos. P. *METODOLOGIA CIENTÍFICA*. São Paulo Cengage Learning Brasil, 2012. 9788522112661. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788522112661/. Acesso em: 03 nov. 2021.

ŚCIESZKO, E. *et al*. How has the pandemic lockdown changed our daily facial skincare habits?. **Journal of Cosmetic Dermatology**, [*s. l.*], 2021. DOI: 10.1111/jocd.14059. Disponível em: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.14059. Acesso em: 23 set. 2021.

SELLHEYER K; KRAHL D. Mesenchymal stem cells: Prospects for clinical dermatology. J **Am Acad Dermatol**. 2010; n. 63: p. 859-65.

SILVA, A. A.; et al.. **Diagnóstico e intervenções de enfermagem do sistema tegumentar da pessoa idosa diagnoses and nursing interventions on the tegumentar system of the elderly.** v. 2, 16 abr. 2018.

SOUTOR, C.; HORDINSKY, M. **Dermatologia Clínica**. Porto Alegre: Grupo A, 2014. 9788580553802. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788580553802/. Acesso em: 23 set. 2021.

SOUZA, E. A.; FILHO, V. C. B.; NOGUEIRA, Júlia.; JÚNIOR, Marioet al. Atividade física e alimentação saudável em escolares brasileiros: Revisão de programas de intervenção. **Cadernos de Saude Publica**, [*s. l.*], v. 27, ed. 8, 2011. DOI 10.1590/S0102-311X2011000800002. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/NPrCngMThd7bkMKXCFCZgWM/abstract/?lang=pt. Acesso em: 23 set. 2021.

TEIXEIRA, C. *et al*. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, [*s. l.*], v. 25, ed. 9, 2020. DOI 10.1590/1413-81232020259.19562020. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/csc/2020.v25n9/3465-3474/. Acesso em: 23 set. 2021.

TESSINARY, J. **Raciocínio clínico aplicado á estética facial**. Ed. Estética experts, 2019. 32-42 p.

TOBIN D.J. ; et al. GUNIN A.; MAGERL M., HANDIJSKI B.; PAUS R. Plasticity and cytokinetic dynamics of the hair follicle mesenchyme: implications for hair growth control. **J Invest Dermatol**. 2003 Jun; v. 120, n. 6, p. 895-904.

WANG J.V.; PARISH L.C. Dermatologic manifestations of the 1918-1919 influenza pandemic. **Skinmed**. 2019; n. 17, p. 296–297.

WHO - World Health Organization. **Background document for development of WHO pH in Drinking-water**. Disponível em: http://www.who.int/water_sanitation_health/.../ph.pdf.

World Health Organization – WHO. **Coronavirus disease 2019 (Covid-19)**: situation report 51. Geneva: World Health Organization; 2020[acesso 23 set 2021]. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331475/ nCoVsitrep11Mar2020-eng.pdf

World Health Organization (WHO). ***Coronavirus disease 2019 (COVID-19):*** *situation report, 1* [acessado 2020 Abr 25]. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200121-sitrep-1-2019-ncov.pdf?sfvrsn=20a99c10_4

» https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200121-sitrep-1-2019-ncov.pdf?sfvrsn=20a99c10_4

YAN Y.; CHEN H.; CHEN L. et al. **Consenso de especialistas chineses sobre a proteção da pele e da barreira da membrana mucosa para profissionais de saúde que lutam contra a doença coronavírus**.2019. Dermatol Ther . 10.1111 / dth.13310. Acesso em: 23 set. 2021.

ZHOU X, et al. The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID-19. **Telemed J E-Health**. 2020 Abr; v. 26, n. 4, p. 377-9. DOI: https://doi.org/10.1089/tmj.2020.0068.

Mello, Márcia de, et al. "Cuidados E O Impacto Da Aparência Estética Na Percepção Social de Um Grupo de Mulheres Idosas." *Revista Brasileira de Geriatria E Gerontologia*, vol. 23, no. 2, 2020.

MARTINS, Roseneide, Zamia. "A Importância Dos Procedimentos Estéticos Na Autoestima Da Mulher / the Importance of Aesthetic Procedures in Women's Self-Esteem." *ID on Line REVISTA de PSICOLOGIA*, v. 14, n. 53, p. 28 Dec. 2020, pp. 442–453.

COSTA, Claudia. PROPOSTA DE CARACTERIZAÇÃO FOTOACÚSTICA DO NÍVEL DE OLEOSIDADE DA PELE. **Varia Scientia**, v. 08, n. 14, p. 67–80, 2009.

VAZ, Inês Cardoso. Pele sensível. **repositorio.ul.pt**, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/35846>. Acesso em: 26 set. 2022.

HELENA DE FARIA, Maria; TOFETTI, Castro ; ROBERTA DE OLIVEIRA, Vanessa. [s.l.: s.n.], 2006.

CABRAL, Lorena Dias da Silva; PEREIRA, Samara De Oliveira ; PARTATA, Anette Kelsei. FILTROS SOLARES E FOTOPROTETORES – UMA REVISÃO. **Infarma - Ciências Farmacêuticas**, v. 25, n. 2, p. 107–110, 2020.

DIAS CARDOSO, Samuel ; CONCEIÇÃO DE SOUZA, Sandro. **Aspectos Fisiológicos da Ingestão de Água no Organismo Humano e sua Influência no Rendimento Atlético Physiological Aspects of Drinking Water in the Human Body and its Influence on Athletic Performance**. [s.l.: s.n.], 2010.

FILIPA DA FONSECA, Liliana; ORIENTADO, Afonso; PEDRO, Graça; *et al*. **Estratégias para aumentar a ingestão de água Strategies to increase water consumption**. [s.l.: s.n.], 2017.

SILVA, Paulo ; JR, Áderson, **Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes**, repositorio.unb, 2011.

SILVEIRA, Juliana ; PETTE, Aline. **Nutrição Estética: valorização do corpo e da beleza através do cuidado nutricional**. [s.l.: s.n.], 2011.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Nome da Pesquisa: Cuidados Estéticos de Universitários de Fisioterapia no Período de Pandemia pelo Covid-19
Pesquisadores responsáveis: Monara Stefanny da Nóbrega Araújo e Eva Jaminne de Lucena Araújo
Informações sobre a pesquisa:

Você está sendo convidado/a para participar de um estudo, cujo título é: CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19, tendo como objetivo analisar quais os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia. Para conseguirmos realizar o estudo será necessária a sua participação no questionário. Diante do ponto de vista social e institucional, essa pesquisa servirá para que os dados possam mostrar quais os cuidados estéticos realizados pelos universitários em um período de pandemia, visando identificando as sequelas na pele devido o uso constate e obrigatorio dos EPIs e consequencias corporal devido a mudança de rotina. Quanto aos riscos de participação nesta pesquisa, destacamos riscos mínimos oferecidos aos participantes, como: possibilidade de constrangimento ao responder o questionário; desconforto; medo; vergonha; cansaço, que porventura, serão minimizados através de esclarecimentos dos objetivos, explicando de maneira clara a responsabilidade no sigilo das informações, bem como será respondido no momento que o participante sentirá segurança e conforto para responder ao formulário. Destacamos que as informações coletadas serão utilizadas unicamente para fins científicos, por tanto, serão garantidos o absoluto sigilo e confidencialidade diante das informações que nos forem repassadas. O participante manifestará, através deste termo, o seu consentimento livre e esclarecido, cuja assinatura deverá ser feita de forma on-line, marcando a opção "aceito participar da pesquisa" para que seja possível passar adiante para os questionário.

O estudo proposto terá como benefícios observaremos: os cuidados esteticos em meio a pandemia dos universitarios do curso de Fisioterapia da clinica escola; satisfação de saber que as informações fornecidas poderá ajudar outras pessoas com problemas semelhantes.

Na condição de participante, você está livre para negar-se a realizar ações que não considere convenientes e, até mesmo, abandonar o estudo a qualquer momento, em conformidade com a resolução 510/2016, que em seu Capítulo III, Artigo 9º.

Você também terá direito a manter contato com o Comitê de Ética em Pesquisa das Faculdades Integradas de Patos – Paraíba (Rua Horácio Nóbrega, S/N – Belo Horizonte – Patos – Paraíba) através do telefone 0.xx.83.3421.7300 – ramal 276 ou pelo e-mail *cep@fiponline.edu.br* .

Agradecemos pela sua atenção e participação, manifestadas com assinatura deste termo

Eva Jeminne de Lucena Araújo
CREFITO 100677-F

Pesquisador responsável

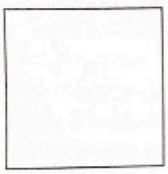
Contato com o/a Pesquisador/a responsável:
Eva Jeminne de Lucena Araújo
Centro Universitário De Patos
Cel: (83) 99984255
E-mail: evaaraujo@fiponline.edu.br

Eu, _____, portador de RG: _____, abaixo assinado, tendo recebido as informações acima, concordo em

participar da pesquisa, pois estou ciente de que terei de acordo com a Resolução 510/2016 - Cap. III – Artigo 9º todos os meus direitos abaixo relacionados:

I. Ser informado sobre a pesquisa;
II. Desistir a qualquer momento de participar da pesquisa, sem qualquer prejuízo;
III. Ter sua privacidade respeitada;
IV. Ter garantida a confidencialidade das informações pessoais;
V. Decidir se sua identidade será divulgada e quais são, dentre as informações que forneceu, as que podem ser tratadas de forma pública;
VI. Ser indenizado pelo dano recorrente da pesquisa, nos termos da Lei; e
VII. O ressarcimento das despesas diretamente decorrentes de sua participação na pesquisa.

Tenho ciência do exposto acima e desejo participar da pesquisa.



Patos, _____de _____ de _____

_____

Assinatura do entrevistado

APÊNDICE B – Termo de Compromisso do Pesquisador

Título do projeto: CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

Pesquisador responsável: Eva Jeminne de Lucena Araújo

Instituição: Centro Universitário de Patos (UNIFIP)

Telefone para contato: (83) 99984-2557

Local da coleta de dados: Centro Universitário de Patos (UNIFIP)curso de fisioterapia.

Os pesquisadores do presente projeto se comprometem a preservar a privacidade dos sujeitos da pesquisa cujos dados serão coletados em "questionário". Concordam, igualmente, que estas informações serão utilizadas única e exclusivamente para execução do presente projeto. As informações somente poderão ser divulgadas de forma anônima e serão mantidas em poder do pesquisador participante por um período de 5 anos sob a responsabilidade do (a) Sr. (a) Monara Stefanny da Nóbrega Araújo.

Patos, 30 de NOVEMBRO de 2021

Monara Stefanny da Nóbrega Araújo
MONARA STEFANNY DA NOBRÉGA ARAUJO
Pesquisador Participante

Eva Jeminne de Lucena Araújo
CREFITO 100677-F
EVA JEMINNE DE LUCENA ARAÚJO
Pesquisador Responsável

APÊNDICE C – Instrumento de Coleta de Dados

QUESTIONÁRIO BIODEMOGRÁFICO

ANEXOS

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS - UNIFIP
CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA
PATOS - PB

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

Eu, Mayara Leal Almeida Costa, Coordenadora do Curso de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário de Patos - UNIFIP, venho autorizar o desenvolvimento na referida instituição da pesquisa intitulada: **"Cuidados Estéticos de Universitários de Fisioterapia no Período de Pandemia pelo Covid-19"**, sob responsabilidade da aluna Monara Stefanny da Nóbrega Araújo e orientadora Prof.ª Ma. Eva Jeminne de Lucena Araújo, como requisito para a conclusão do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. A pesquisa será direciona a todos os estudandes do Curso de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário - UNIFIP, com um questionário on-line. Declaro, também, que não recebi ou receberei qualquer tipo de pagamento por esta autorização, bem como como os participantes também não receberão qualquer tipo de pagamento.

Patos-PB, 24 de novembro de 2021.

UNIFIP
MAYARA LEAL ALMEIDA COSTA
Coord. do Curso de Bacharelado em Fisioterapia

MAYARA LEAL ALMEIDA COSTA
Coordenadora do Curso de Bacharelado em Fisioterapia - UNIFIP

ANEXO B – Certidão de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS - UNIFIP

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: CUIDADOS ESTÉTICOS DE UNIVERSITÁRIOS DE FISIOTERAPIA NO PERÍODO DE PANDEMIA PELO COVID-19

Pesquisador: Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 54036321.4.0000.5181

Instituição Proponente: CENTRO EDUCACIONAL DE ENSINO SUPERIOR DE PATOS LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.198.416

Apresentação do Projeto:

O objetivo desse trabalho é analisar quais foram os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia e analisar o nível de orientação em relação às alterações cutâneas. Trata-se de um estudo que será desenvolvido a partir de uma pesquisa quantitativa, e quanto aos objetivos será do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento, realizado com os Universitários do curso de Fisioterapia do Centro

Universitário de patos-UNIFIP. A escolha deste tema surgiu das necessidades de compreender e conhecer a importância dos cuidados estéticos. A análise de dados será utilizando-se os programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010. O presente trabalho tem como tema cuidados estéticos de Universitarios de Fisioterapia no periodo de pandemia pelo covid-19. A pandemia afetou muitas pessoas de forma direta ou indiretamente, entrou em nossas vidas de muitas maneiras, como na vida social, rotina de trabalho, e cuidados com a pele na qual os efeitos negativos pode ir de ressecamento da pele a fissura. Mesmo durante o isolamento social devido a pandemia pelo covid-19, período que estamos ficando mais tempo dentro de casa, os cuidados estéticos deve ser mantido. Muito além da aparência, os hábitos saudáveis contribuem para o bem-estar e um corpo com saúde. O objetivo desse trabalho é analisar quais foram os cuidados estéticos no período

de pandemia em universitários de fisioterapia e analisar o nível de orientação em relação às alterações cutâneas. Trata-se de um estudo que será desenvolvido a partir de uma pesquisa

Endereço: Rua Horácio Nóbrega S/N - Bloco "G" - 2º Andar
Bairro: Belo Horizonte **CEP:** 58.704-000
UF: PB **Município:** PATOS
Telefone: (83)3421-7300 **Fax:** (83)3421-4047 **E-mail:** cep@fiponline.edu.br

Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_DE_PESQUISA_MONARA.docx	01/12/2021 21:18:16	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito

Situação do Parecer:
Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

PATOS, 11 de Janeiro de 2022

Assinado por:
Flaubert Paiva
(Coordenador(a))

quantitativa, e quanto aos objetivos será do tipo descritiva e exploratória, através de levantamento, realizado com os Universitários do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de patos-UNIFIP. A escolha deste tema surgiu das necessidades de
compreender e conhecer a importância dos cuidados estéticos. A análise de dados será utilizando-se os programas SPSS versão 21.0 para o Windows e o Windows Excel, versão 2010.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Analisar quais os cuidados estéticos no período de pandemia em universitários de fisioterapia.

Objetivo Secundário:

• Identificar o perfil biodemográfico dos universitários de fisioterapia; • Traçar quais os cuidados estéticos com a pele e corpo; • Analisar a frequência dos cuidados estéticos dos acadêmicos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Admite-se nesta pesquisa alguns riscos mínimos oferecidos aos participantes, como: possibilidade de constrangimento ao responder o questionário; desconforto; medo; vergonha; cansaço, que porventura, serão minimizados através de esclarecimentos dos objetivos, explicando de maneira clara a responsabilidade no sigilo das informações, bem como será respondido no momento que o participante sentirá segurança e conforto para responder
ao formulário.

Benefícios:

Os benefícios da presente pesquisa se sobressaem aos riscos, á curto prazo, já observaremos: os cuidados esteticos em meio a pandemia dos universitarios do curso de Fisioterapia da clinica escola; satisfação de saber que as informações fornecidas poderá ajudar outras pessoas com problemas semelhantes.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Verifica-se direcionamento metodológico adequado à realização de um trabalho com relevância acadêmica, científica e social.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentam-se de acordo com os termos previstos pela NORMA OPERACIONAL 001/2013.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Favorável à realização do trabalho.

Considerações Finais a critério do CEP:

Com base nos parâmetros estabelecidos pelas RESOLUÇÕES 466/2012, 510/2016 e 580/2018 do CNS/MS regulamentando os aspectos relacionados a ÉTICA ENVOLVENDO ESTUDOS COM/EM SERES HUMANOS, o Comitê de Ética em Pesquisa Centro Universitário de Patos/UNIFIP considera que o protocolo em questão está devidamente APROVADO para sua execução.

Este documento tem validade de CERTIDÃO DE APROVAÇÃO para coleta dos dados propostos ao estudo.

O RELATÓRIO FINAL deve ser encaminhado ao CEP/UNIFIP em até 60 dias após a conclusão do estudo.

Destacamos que a CERTIDÃO PARA PUBLICAÇÃO só será emitida após o seu envio, através do sistema Plataforma Brasil.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1869655.pdf	02/12/2021 16:42:55		Aceito
Folha de Rosto	FolhadeRosto_TCC_MONARA.pdf	02/12/2021 16:42:34	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
Outros	RESUMO.docx	02/12/2021 16:41:24	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
Outros	TERMO_DE_COMPROMISSO_DO_PESQUISADOR.docx	01/12/2021 21:19:41	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
Outros	TERMO_DEAUTORIZACAO_INSTITUCIONAL.docx	01/12/2021 21:19:26	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.docx	01/12/2021 21:19:08	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.docx	01/12/2021 21:18:58	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	01/12/2021 21:18:26	Eva Jeminne de Lucena Araújo Munguba	Aceito

ANEXO C: Instruções para Autores da Revista INTERFACES: SAÚDE, HUMANAS E TECNOLOGIA

Os manuscritos deverão ser acompanhados de uma carta de submissão, cujo texto deverá ser inserido no espaço "Comentários para o Editor", ou como documento suplementar.

Os manuscritos deverão ser apresentados de acordo com as normas da revista e em formato compatível ao Microsoft Word, Open Office ou RTF (desde que não ultrapasse os 2MB) **entre 12 e no máximo 20 páginas**, digitados para papel tamanho A4, com fonte Times New Roman, tamanho 12, com espaçamento duplo entre linhas em todo o texto, margem superior e esquerda igual a 3 cm, inferior e direita igual a 2 cm; parágrafos alinhados em 1,5 cm.

Observação: os resumos expandidos devem ter, excepcionalmente, entre 05 e 08 páginas e incluir até 02 figuras e/ou tabelas. A formatação deve seguir o estilo geral para manuscritos descrito com mais detalhes logo abaixo.

Os metadados devem ser completamente preenchidos, incluindo endereço completo e detalhado da instituição de todos os autores e e-mail. A Rev. Interfaces recomenda que os autores adicionem os respectivos números ORCID. O cadastro pode ser feito em orcid.org/register

O manuscrito deverá apresentar a seguinte estrutura:

Título: centralizado, caixa alta, negrito e Times New Roman 14. Logo abaixo deverá apresentar o título correspondente em língua inglesa, no mesmo formato.

Resumo e Abstract: deverão ser apresentados na primeira página do manuscrito, digitados em espaço duplo, com até 250 palavras, contemplando aspectos dos itens Introdução, Objetivos, Métodos, Resultados e Conclusões (sem necessitar destacar os títulos dos índices). Logo abaixo destacar 3 palavras-chaves (Keywords), separadas por ponto e vírgula (;). As palavras-chaves deverão ser distintas do título do manuscrito.

O resumo deve ser conciso, informativo e completo, evitando expressões redundantes. Para manuscritos em português ou espanhol, é necessário apresentar versão para o inglês (abstract).

Autores e Afiliações: não deverá conter informações sobre nomes de autores e afiliação. Os autores devem assegurar que estas informações foram excluídas do arquivo submetido. Para isso, além de retirar as informações do texto, também é necessário remover autorias do documento: para arquivos do tipo Microsoft Office, a identificação do autor deve ser removida das propriedades do documento (menu Arquivo > Propriedades), iniciando em Arquivo, no menu principal, clique em: Arquivo > Salvar como... > Ferramentas (para arquivos do tipo Mac) > Opções de segurança... > Remover informações pessoais do arquivo ao salvar > OK > Salvar

Manuscritos contendo informações de autoria não serão considerados para avaliação.

Estrutura do Texto: deverá contemplar os seguintes tópicos: introdução, metodologia/material e métodos, resultados/discussão (podendo ser separado ou em conjunto), conclusão, agradecimentos, referências, figuras, tabelas e as respectivas legendas. Todo o texto deverá estar na forma justificada.

Referências: deverão ser apresentadas na ordem alfabética, de acordo com o estilo Autor, data. Nas publicações com até cinco autores, citam-se todos; acima desse número, cita-se o primeiro seguido da expressão et alii (abreviada et al.). O D.O.I. deve ser inserido sempre que possível.

As páginas deverão ser numeradas no canto superior direito a partir da **Introdução** até as **Referências. Também é necessário que o número de linhas esteja indicado em todo o manuscrito, de forma contínua.**

Tabelas e ilustrações deverão ser inseridas ao longo do manuscrito, logo após citadas no texto. Não serão aceitos manuscritos que apresentarem tabelas e ilustrações em páginas separadas ou fora do texto.

Ilustrações (figuras e esquemas) devem estar no formato tif e apresentar resolução de 300 dpi. Após a aprovação, os autores serão convidados a ajustar o layout final do manuscrito conforme orientado pelo editor.