

# AVALIAÇÃO DA AUTOPERCEPÇÃO SOBRE TIPO DE PELE E CUIDADOS ESTÉTICOS EM ESTUDANTES DO CURSO TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMÉTICA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO

EVALUATION OF SELF-PERCEPTION OF SKIN TYPE AND AESTHETIC CARE AMONG STUDENTS OF THE TECHNOLOGIST COURSE IN AESTHETICS AND COSMETOLOGY AT AN EDUCATIONAL INSTITUTION

VICENTE, Brunna de Oliveira<sup>1</sup>; SOUZA, Juliana Regina Ribeiro de<sup>2</sup>; MIRANDA, Denise Coutinho de<sup>2</sup>



juliana.souza@unifagoc.edu.br

<sup>1</sup> Discente do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho - UNIFAGOC

<sup>2</sup> Docente do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho - UNIFAGOC - Ubá/MG

## RESUMO

**Introdução:** Dotados de um amplo conhecimento sobre diversos aspectos relacionados à beleza e estética, os estudantes de Estética e Cosmética deveriam apresentar um ótimo comportamento relacionado aos cuidados com a pele. No entanto, esse conhecimento nem sempre se traduz em hábitos adequados, pois muitos ainda desconhecem seu tipo de pele e não utilizam produtos apropriados. **Objetivo:** avaliar a autopercepção sobre o tipo de pele e cuidados estéticos em estudantes do curso tecnólogo em Estética e Cosmética de uma instituição de ensino da cidade de Ubá, MG. **Metodologia:** Foi realizado um estudo descritivo, de caráter transversal, no qual foram aplicados três questionários: um semiestruturado sobre dados demográficos, socioeconômicos e estilo de vida; o Questionário de Baumann, contendo 64 perguntas quanto à hidratação, sensibilidade, pigmentação e tendência a rugas, para classificação do tipo de pele; e um instrumento próprio para avaliar cuidados estéticos, como uso de protetor solar e rotina de skincare, para uma amostra de 30 alunos. **Resultados:** Os resultados indicaram uma predominância de indivíduos, de 33,3%, com pele oleosa, resistente, não pigmentada e propensa a rugas. Além disso, grande parte dos entrevistados, totalizando 63,3%, desconhecia seu próprio tipo de pele e não adotava cuidados adequados. **Conclusão:** O estudo reforça a necessidade de maior conscientização sobre cuidados específicos para cada pele, destacando a importância do autoconhecimento na criação de rotinas eficazes. Os achados evidenciam a relevância de práticas adequadas tanto para os próprios estudantes quanto para a futura orientação de seus clientes na atuação profissional

**Palavras-chave:** Cuidados estéticos. Tipos de pele. Estudantes; Estética. Cosmetologia.

## ABSTRACT

**Introduction:** Equipped with broad knowledge about various aspects related to beauty and aesthetics, students of Aesthetics and Cosmetics are expected to demonstrate good behavior regarding skin care. However, this knowledge does not always translate into proper habits, as many are still unaware of their skin type and do not use appropriate products. **Objective:** To evaluate self-perception of skin type and aesthetic care among students of the Aesthetics and Cosmetics undergraduate program at an educational institution in the city of Uba, MG, Brazil. **Methodology:** A descriptive, cross-sectional study was conducted in which three questionnaires were applied: a semi-structured one addressing demographic,

*socioeconomic, and lifestyle data; the Baumann Questionnaire, consisting of 64 questions regarding hydration, sensitivity, pigmentation, and tendency to wrinkles, for skin type classification; and a specific instrument to assess aesthetic care, such as sunscreen use and skincare routine, applied to a sample of 30 students. Results: The results indicated a predominance of individuals (33.3%) with oily, resistant, non-pigmented, and wrinkle-prone skin. Moreover, a substantial portion of the respondents (63.3%) were unaware of their own skin type and did not adopt proper care practices. Conclusion: The study highlights the need for greater awareness of specific skin care practices, emphasizing the importance of self-knowledge in developing effective routines. The findings underscore the relevance of proper practices not only for the students themselves but also for the future guidance of their clients in professional practice.*

**Keywords:** Aesthetic care. Skin types. Students. Aesthetics. Cosmetology.

## INTRODUÇÃO

O cuidado com a pele e a adoção de bons hábitos de cuidados estéticos desempenham um papel crucial na promoção da saúde e na preservação da beleza da pele ao longo do tempo (Martins; Ferreira, 2020). A pele é o maior órgão do corpo e age como uma barreira protetora contra agentes externos (Bernardo; Santos, 2019). Bons hábitos de cuidados com a pele não apenas contribuem para uma aparência radiante, mas também desempenham um papel fundamental na prevenção de problemas dermatológicos (Lima *et al.*, 2021).

Uma rotina consistente de cuidados, que inclui limpeza, hidratação, proteção solar e o uso de ingredientes benéficos, não só nutre a pele, mas também pode ajudar a retardar os sinais de envelhecimento e a minimizar questões como acne e desidratação (Rangel, 2021). Além disso, cultivar hábitos de skincare positivos promove uma consciência sobre a importância da autoestima e bem-estar, pois cuidar da pele não se trata apenas de estética, mas também de autocompaixão e autocuidado (Santos *et al.*, 2020).

Embora todas as pessoas compartilhem a mesma estrutura de pele, os diferentes tipos de pele são determinados geneticamente. No entanto, a condição da pele pode variar devido a diversos fatores internos e externos. Ter conhecimento do seu tipo de pele é crucial para implementar um cuidado diário eficaz (SBD, 2023).

O Indicador de Tipo de Pele Baumann (BSTI) é um questionário validado (Baumann *et al.*, 2014), que consiste em 64 perguntas e avalia 4 parâmetros principais da pele: 1) oleosa vs. seca, 2) sensível vs. resistente, 3) pigmentada vs. não pigmentada e 4) propensa a rugas vs. tensa. Com o questionário, a pessoa é diagnosticada com o fenótipo de pele distinto conhecido como Tipo de Pele Baumann®. Existem 16 Tipos de Pele Baumann possíveis com base nesses quatro parâmetros (Baumann *et al.*, 2009; Baumann *et al.*, 2010).

A identificação precisa do tipo de pele, como proposta pelo BSTI, é fundamental para orientar cuidados personalizados e eficazes. Isso se torna ainda mais relevante quando se considera que a negligência nos cuidados essenciais não apenas contribui para o envelhecimento precoce, mas também aumenta o risco de problemas de saúde, como o câncer de pele. Assim, o cuidado com a pele transcende a esfera estética e de autoestima, transformando-se em uma medida preventiva para a saúde, evitando a exposição a doenças decorrentes da falta de atenção aos cuidados cutâneos (Ferreira *et al.*, 2016).

Diante dessa importância, o curso de Estética e Cosmética forma profissionais que identificam os tipos de pele, utilizam produtos cosméticos e aplicam técnicas especializadas, para melhoria da saúde e bem-estar (Filgueiras, 2019), uma vez que se faz indispensável o conhecimento dos diferentes tipos de pele e o autoconhecimento da pele. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi avaliar a autopercepção sobre o tipo de pele e cuidados estéticos em estudantes do curso tecnólogo em Estética e Cosmética de uma instituição de ensino da cidade de Ubá, MG.

## METODOLOGIA

### Tipo de estudo e desenho experimental

Esta pesquisa foi um estudo do tipo descritivo, de caráter transversal, realizada no Centro Universitário Ozanam Coelho - UNIFAGOC (Ubá, MG). A amostra foi selecionada por conveniência, de acordo com os critérios de inclusão: indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos, estudantes do curso tecnólogo de Estética e Cosmética do UNIFAGOC. Os critérios de exclusão utilizados foram os indivíduos impossibilitados de assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram avaliados 30 estudantes do curso tecnólogo de Estética e Cosmética, sendo 15 no grupo 1 (estudantes do 3º período do curso) e 15 no grupo 2 (estudantes do 5º período do curso).

### Questionários

Foram aplicados três questionários para os participantes. O primeiro foi um questionário semiestruturado desenvolvido pelos próprios autores, incluindo variáveis demográficas (sexo, idade, peso e altura), socioeconômicas (ocupação e renda familiar) e de estilo de vida (tabagismo, etilismo, atividade física e se realizava ou realizou algum tipo de dieta). O segundo foi o Questionário de Baumann, desenvolvido e validado por Leslie Baumann (Baumann *et al.*, 2014), para a avaliação do tipo de pele dos participantes. Esse questionário é composto por 64 perguntas que investigam características específicas da pele em diferentes contextos, como reações a produtos cosméticos, exposição ambiental, presença de manchas, tendência à oleosidade ou ressecamento, entre outros fatores. A partir das respostas, é possível classificar a pele em quatro eixos principais: I) oleosa ou seca; II) resistente ou sensível; III) pigmentada ou não pigmentada; e IV) propensa a rugas ou firme. Cada eixo possui duas possibilidades, resultando em 16 combinações distintas que definem o chamado Tipo de Pele Baumann® (Baumann *et al.*, 2009; Baumann, *et al.*, 2010). Por fim, o terceiro teve como foco os cuidados estéticos e foi desenvolvido pelos próprios autores, avaliando cuidados, como o uso de protetor solar, rotina de *skincare*, dentre outros parâmetros.

### Aspectos Éticos

O estudo recebeu parecer favorável do Comitê de Ética do UNIFAGOC (número 6.547.261) e todo o procedimento foi realizado de acordo com a Resolução 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

## Análises de resultados

Para a análise dos resultados, os dados obtidos por meio dos três questionários aplicados foram organizados e sistematizados em planilhas no software Microsoft Excel®, o que permitiu uma estruturação eficiente das informações. Inicialmente, foram tabuladas as respostas do questionário semiestruturado, que contemplava variáveis demográficas, socioeconômicas e de estilo de vida, possibilitando a caracterização geral dos participantes. Na sequência, os dados referentes ao Questionário de Baumann foram analisados com base nos quatro eixos principais, permitindo a identificação dos 16 perfis cutâneos possíveis. Por fim, as informações obtidas no terceiro instrumento, voltado à avaliação dos cuidados estéticos, foram organizadas com o objetivo de mapear os hábitos e comportamentos relacionados à manutenção da saúde da pele. Todos os dados foram convertidos em valores percentuais, o que facilitou a visualização das prevalências e tendências entre os participantes. Essa abordagem quantitativa possibilitou uma compreensão abrangente da autopercepção dos estudantes quanto ao seu tipo de pele e às práticas estéticas adotadas, oferecendo subsídios relevantes para reflexões sobre a formação profissional e a promoção da saúde no contexto da estética e cosmética.

## RESULTADOS

Quanto aos resultados obtidos, a Tabela 1 apresenta a caracterização demográfica e comportamental da amostra participante do estudo, considerando aspectos como sexo, ocupação, hábitos de saúde e estilo de vida.

**Tabela 1:** Dados demográficos dos estudantes do curso de Estética e Cosmética do UNIFAGOC, Ubá, 2025

	Total (n = 30)	%
<b>Sexo</b>		
Feminino	29	96,70
Masculino	1	3,30
<b>Trabalha</b>		
Sim	24	80,00
Não	6	20,00
<b>Prática de atividade física</b>		
Até 2x por semana	1	3,33
De 3 a 4 vezes por semana	4	13,33
5 ou mais vezes por semana	4	13,33
Não	21	70,00
<b>Fuma</b>		
Sim	0	0
Não	30	100,00
<b>Ingere bebida alcoólica</b>		
Ocasionalmente	12	40,00
De 1 a 2 vezes por semana.	5	16,70
De 3 a 4 vezes por semana.	0	0

5 ou mais vezes por semana	0	0
Não	13	43,30
<b>Alimentação saudável</b>		
Sim	6	20,00
Às vezes	15	50,00
Não	9	30,00
<b>Ingere água suficiente</b>		
Sim	16	53,33
Às vezes	10	33,33
Não	4	13,33
<b>Cuida da pele</b>		
Sim	11	36,70
Às vezes	16	53,33
Não	3	10,00

Fonte: Souza *et al.*, 2025.

A Tabela 2 apresenta a distribuição dos participantes com base nos quatro parâmetros do Questionário de Baumann, permitindo uma análise detalhada sobre as características predominantes da pele.

**Tabela 2:** Descrição da amostra no geral dos estudantes, sobre os quatro parâmetros do questionário de Baumann

	<b>Grupo 1</b>	<b>%</b>	<b>Grupo 2</b>	<b>%</b>	<b>Total (n = 30)</b>	<b>%</b>
<b>Autopercepção sobre Hidratação</b>						
Oleosa	12	81,30	8	53,30	20	66,70
Seca	3	18,80	7	46,70	10	33,30
<b>Autopercepção sobre Sensibilidade</b>						
Sensível	11	73,3	8	53,3	19	63,3
Resistente	4	26,7	7	46,7	11	36,7
<b>Autopercepção sobre Pigmentação</b>						
Não Pigmentada	12	80,0	13	86,7	25	83,3
Pigmentada	3	20,0	2	13,3	5	16,7

## **Autopercepção sobre Tendência a Rugas**

Enrugada	11	73,3	13	86,7	24	80,0
Pele Firme	4	26,7	2	13,3	6	20,0

Fonte: Souza *et al.*, 2025.

A Tabela 3 explora os hábitos relacionados ao estilo de vida, incluindo fatores como tabagismo, etilismo e prática de atividade física, que podem influenciar diretamente a saúde da pele.

**Tabela 3:** Hábitos relacionados ao estilo de vida dos estudantes do curso de Estética e Cosmética do UNIFAGOC, Ubá, 2025

	<b>Grupo 1</b>	<b>%</b>	<b>Grupo 2</b>	<b>%</b>	<b>Total (n=30)</b>	<b>%</b>
<b>Pratica atividade física</b>						
Sim	4	26,7	5	33,3	9	30,0
Não	11	73,3	10	66,7	21	70,0
<b>Fumante</b>						
Sim	0	0	0	0	0	0
Não	15	100,0	15	100,0	30	100,0
<b>Consume bebida alcoólica</b>						
Sim	8	53,3	9	60,0	17	56,7
Não	7	46,7	6	40,0	13	43,3
<b>Tem alimentação saudável</b>						
Sim	6	40,0	0	0,0	6	20,0
Não	2	13,3	7	46,7	9	30,0
Às vezes	7	46,7	8	53,3	15	50,0
<b>Consume água suficiente durante o dia</b>						
Sim	9	60,0	7	46,7	16	53,3
Não	2	13,3	2	13,3	4	13,3
Às vezes	4	26,7	6	40,0	10	33,3
<b>Cuida da pele</b>						
Sim	8	53,3	3	20,0	11	36,7

Não	0	0,0	3	20,0	3	10,0
Às vezes	7	46,7	9	60,0	16	53,3

Fonte: Souza *et al.*, 2025.

Já a Tabela 4 traz os dados obtidos ao investigar os cuidados estéticos adotados pelos estudantes, abordando aspectos como o uso de protetor solar e a rotina de skincare, proporcionando uma visão abrangente sobre as práticas de autocuidado.

**Tabela 4:** Cuidados estéticos dos estudantes do curso de Estética e Cosmética do UNIFAGOC, Ubá, 2025

	Grupo 1	%	Grupo 2	%	Total (n=30)	%
<b>Utiliza produtos específicos para o seu tipo de pele</b>						
Sim	9	60,0	6	40,0	15	50,0
Não	1	6,7	5	33,3	6	20,0
Às vezes	5	33,3	4	26,7	9	30,0
<b>Nº de vezes em que lava o rosto por dia</b>						
1 vez	4	26,7	1	6,7	5	16,7
2 vezes	7	46,7	10	66,7	17	56,7
3 ou mais vezes	4	26,7	4	26,7	8	26,7
<b>Utiliza regularmente produtos de hidratação</b>						
Sim	9	60,0	7	46,7	16	53,3
Não	0	0,0	1	6,7	1	3,3
Às vezes	6	40,0	7	46,7	13	43,3
<b>Possui rotina de skincare</b>						
Sim	5	33,3	3	20,0	8	26,7
Não	5	33,3	7	46,7	12	40,0
Às vezes	5	33,3	5	33,3	10	33,3
<b>Usa filtro solar diariamente</b>						
Sim	5	33,3	4	26,7	9	30,0
Não	4	26,7	3	20,0	7	23,3
Às vezes	6	40,0	8	53,3	14	46,7

Fonte: Souza *et al.*, 2025.

Em seguida, a Tabela 5 mostra a distribuição dos alunos nos diferentes tipos de pele definidos por Baumann (2006), a partir da classificação com relação aos níveis de oleosidade, resistência, pigmentação e firmeza.

**Tabela 5:** Distribuição nos diferentes tipos de pele definidos por Baumann dos estudantes do curso de Estética e Cosmética do UNIFAGOC, Ubá, 2025

	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
<b>Oleosa, Resistente, Não pigmentada e Enrugada</b>	10	33,3
<b>Oleosa, Sensível, Não pigmentada e Enrugada</b>	5	16,7
<b>Seca, Sensível, Não pigmentada e Enrugada</b>	4	13,3
<b>Seca, Resistente, Não pigmentada e Enrugada</b>	3	10,0
<b>Oleosa, Resistente, Não pigmentada e Firme</b>	2	6,7
<b>Oleosa, Resistente, Pigmentada e Firme</b>	2	6,7
<b>Seca, Resistente, Pigmentada e Enrugada</b>	1	3,3
<b>Oleosa, Sensível, Pigmentada e Firme</b>	1	3,3
<b>Seca, Resistente, Não pigmentada e Firme</b>	1	3,3
<b>Oleosa, Sensível, pigmentada e Enrugada</b>	1	3,3
<b>Total</b>	30	100

Fonte: Souza *et al.*, 2025.

Esses dados, em conjunto, contribuem para uma compreensão mais aprofundada da autopercepção dos alunos em relação ao próprio tipo de pele e aos cuidados adotados no dia a dia.

## DISCUSSÃO

Os dados referentes à autopercepção sobre o tipo de pele revelam tendências significativas entre os participantes. A maioria dos estudantes percebe sua pele como oleosa (66,7%), o que está alinhado com estudos que indicam uma prevalência elevada desse tipo de pele, especialmente em regiões de clima quente e úmido, onde a

produção sebácea tende a ser mais intensa (Baumann, 2002). Em relação à sensibilidade, 63,3% dos participantes classificaram sua pele como sensível, o que pode estar associado a fatores genéticos e ao uso inadequado de produtos cosméticos, conforme descrito por Lima *et al.* (2020).

No que diz respeito à pigmentação, a maioria dos estudantes se autodeclara como não pigmentada (83,3%), um dado relevante, pois estudos indicam que peles menos pigmentadas tendem a ser mais suscetíveis aos efeitos nocivos da radiação solar (Vergara *et al.*, 2019). Por fim, o questionamento quanto à percepção sobre tendência a rugas revelou que 80,0% dos participantes consideram sua pele como enrugada, evidenciando uma preocupação estética recorrente e um potencial reflexo do impacto de hábitos de vida, como exposição solar sem proteção adequada e dieta desbalanceada (Gallagher *et al.*, 2021).

Com relação aos hábitos relacionados ao estilo de vida, os resultados demonstram que a maioria dos participantes não pratica atividade física regularmente (70,0%), o que pode impactar negativamente a saúde da pele, conforme apontado por estudos que relacionam a atividade física com a melhora na oxigenação e regeneração cutânea (Baumann, 2002). Além disso, o consumo de bebidas alcoólicas foi elevado (56,7%), um fator já associado ao aumento da desidratação da pele e ao estresse oxidativo (Schmidt *et al.*, 2018). No que diz respeito à alimentação saudável, apenas 20,0% dos participantes relataram seguir uma dieta equilibrada, o que contrasta com pesquisas que indicam a influência positiva da nutrição na integridade da barreira cutânea (Vergara *et al.*, 2019). O consumo adequado de água foi observado em 53,3% dos casos, um aspecto essencial para a manutenção da hidratação e elasticidade da pele (Gallagher *et al.*, 2021). Por fim, os cuidados com a pele mencionados foram variados, com apenas 36,7% afirmando realizar uma rotina de cuidados constante, evidenciando a necessidade de maior conscientização sobre a importância de práticas dermatológicas adequadas, como já descrito por Lima *et al.* (2020).

Os hábitos de cuidado com a pele observados entre os participantes refletem tendências importantes que podem impactar diretamente a saúde cutânea. Metade dos estudantes afirmou utilizar produtos específicos para seu tipo de pele (50,0%), o que está de acordo com estudos que destacam a importância da escolha adequada de cosméticos para a manutenção do equilíbrio da barreira cutânea (Lima *et al.*, 2020). No entanto, uma parcela considerável (20,0%) não adota essa prática, evidenciando a necessidade de maior conscientização sobre os benefícios do uso de produtos compatíveis com as características individuais da pele.

A frequência de higienização facial revelou que a maioria dos participantes lava o rosto duas vezes ao dia (56,7%), conforme recomendado por especialistas para remoção de impurezas sem comprometer a integridade da pele (Gallagher *et al.*, 2021). Contudo, 16,7% relataram realizar a limpeza apenas uma vez ao dia, o que pode resultar no acúmulo de resíduos e oleosidade, especialmente em peles propensas à acne (Vergara *et al.*, 2019).

O uso de produtos hidratantes regularmente foi uma prática adotada por 53,3% dos estudantes, reforçando a relevância da hidratação para manutenção da elasticidade e proteção da pele contra agentes externos (Baumann, 2002). Ainda assim, 43,3% relataram usar hidratantes apenas ocasionalmente, o que indica oportunidades

para reforçar a importância da hidratação constante como parte fundamental do cuidado dermatológico.

A rotina de *skincare* mostrou uma adesão variável, com apenas 26,7% dos participantes afirmando manter uma rotina regular, enquanto 40,0% não adotam cuidados estruturados. Esse cenário sugere que, apesar da crescente popularidade das práticas de *skincare*, ainda há lacunas na adesão de protocolos preventivos e corretivos, conforme apontado por pesquisas na área (Schmidt *et al.*, 2018).

Por fim, o uso de filtro solar diariamente foi observado em apenas 30,0% dos casos, apesar das evidências que associam a fotoproteção à redução dos danos cutâneos causados pela radiação ultravioleta (Lima *et al.*, 2020). O percentual elevado de estudantes que utilizam protetor solar ocasionalmente (46,7%) reforça a necessidade de campanhas educativas para incentivar a aplicação regular, visando prevenir o envelhecimento precoce e outras condições dermatológicas associadas à exposição solar inadequada.

Considerando que a proposta de Baumann abrange 16 tipos distintos de pele, distribuídos em quatro níveis de classificação, o número de alunos analisado (30) ainda é considerado relativamente baixo. No entanto, o estudo aponta para a predominância de tipos de pele que demandam atenção especial, especialmente no que diz respeito à exposição solar. O grupo mais frequente foi o de pele oleosa, resistente, não pigmentada e enrugada (33,3%), seguido por aqueles com pele oleosa, sensível, não pigmentada e enrugada (16,7%). Esses dados indicam que a oleosidade e a tendência ao envelhecimento são características comuns entre os estudantes, o que pode estar relacionado a fatores ambientais, como exposição solar, e hábitos de autocuidado, conforme já discutido por Lima *et al.* (2020).

A presença de pele seca foi observada em menor proporção, sendo que os perfis secos, sensíveis, não pigmentados e enrugados representam 13,3% dos casos, enquanto aqueles secos, resistentes, não pigmentados e enrugados somam 10,0%. A menor prevalência de tipos de pele pigmentados (apenas 16,7% do total) reforça a necessidade de atenção especial aos cuidados com fotoproteção, considerando que peles menos pigmentadas tendem a ser mais suscetíveis aos danos causados pelos raios UV, conforme descrito por Vergara *et al.* (2019).

Além disso, a frequência reduzida de participantes com pele firme (20,0% do total) destaca um aspecto relevante: mesmo entre futuros profissionais da estética, há uma preocupação marcante com a tendência ao envelhecimento cutâneo. Estudos sugerem que a manutenção da firmeza da pele está diretamente ligada a hábitos saudáveis, como alimentação equilibrada e hidratação adequada (Gallagher *et al.*, 2021; Ferreira *et al.*, 2016).

A análises percentuais dos dados revelaram que não houve diferença significativa entre o Grupo 1 e o Grupo 2 em relação aos cuidados com a pele. Esse resultado sugere que, mesmo com o avanço no curso e estando próximos de se tornarem esteticistas, os participantes ainda apresentam lacunas na adoção de práticas regulares de autocuidado. Essa observação reforça a necessidade de uma maior conscientização sobre a importância da rotina de cuidados dermatológicos, não apenas para benefício próprio, mas também para a orientação eficaz de futuros clientes. Considerando que profissionais da área estética desempenham um papel essencial na educação e no direcionamento dos consumidores sobre saúde cutânea, investir em

estratégias pedagógicas que fortaleçam o conhecimento e a aplicação prática desses cuidados torna-se fundamental para uma formação mais completa e alinhada às demandas do mercado.

Este estudo apresenta limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. A amostra reduzida, composta por 30 participantes, restringe a possibilidade de generalização dos achados para outras populações. Além disso, o uso de instrumentos de autopercepção está sujeito a interpretações subjetivas. A realização de estudos futuros com amostras ampliadas, instrumentos validados e abordagem multicêntrica, é necessária a fim de aprofundar a análise e fortalecer as evidências sobre o tema.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo analisou a autopercepção sobre tipo de pele e cuidados estéticos em estudantes do curso tecnólogo em Estética e Cosmética do UNIFAGOC, evidenciando padrões comportamentais e lacunas na adesão a práticas essenciais de autocuidado. Os resultados indicaram que, mesmo com o avanço na formação acadêmica, os participantes ainda apresentam dificuldades na aplicação regular de cuidados básicos, como o uso diário de filtro solar e a adoção de uma rotina estruturada de *skincare*.

Além disso, não houve diferença estatisticamente significativa entre os grupos avaliados, demonstrando que a evolução no curso não influenciou substancialmente na conscientização sobre os cuidados com a pele. Esse achado reforça a necessidade de estratégias pedagógicas mais eficazes para garantir que futuros esteticistas tenham conhecimento aprofundado e hábitos consistentes, não apenas para benefício pessoal, mas também para orientação de clientes.

A predominância de determinados tipos de pele entre os participantes, conforme a classificação de Baumann, destaca a importância da personalização das abordagens estéticas e dermatológicas. As características mais frequentes, como oleosidade e tendência ao envelhecimento, apontam para a necessidade de maior atenção a fatores como hidratação, fotoproteção e estilo de vida, aspectos fundamentais para a manutenção da saúde cutânea.

Dessa forma, este estudo contribui para o entendimento das percepções e hábitos de futuros profissionais da estética, oferecendo insights que podem ser utilizados para aprimorar os métodos de ensino na área.

## REFERÊNCIAS

- BAUMANN, Leslie. *The skin type solution*. New York: Bantam Dell, 2002.
- BAUMANN, L. The Baumann Skin-Type Indicator: a novel approach to understanding skin type. In: BAREL, A. O.; PAYE, M.; MAIBACH, H. I. (Org.). **Handbook of cosmetic science and technology**. 3. ed. New York: Informa Healthcare, 2009. p. 29-40.
- BAUMANN, L. O sistema de tipificação de pele Baumann. In: FARAGE, M. A.; MILLER, K. W.; MAIBACH, H. I. (Org.). **Textbook of aging skin**. New York: Springer, 2010. p. 929-944.
- BAUMANN, L.; PENFIELD, R.; CLARKE, J.; DUQUE, D. A validated questionnaire for quantifying skin oiliness. **Journal of Cosmetics, Dermatological Sciences and Applications**, v. 4, p. 78-84, 2014.

BERNARDO, A. F. C.; SANTOS, K. D.; SILVA, D. P. D. Pele: alterações anatômicas e fisiológicas do nascimento à maturidade. **Revista Saúde em Foco**, v. 1, n. 11, p. 1221-1233, 2019.

FERREIRA, Juliana Barros; LEMOS, Larissa Morgan Andrade; SILVA, Thais Rocha da. Qualidade de vida, imagem corporal e satisfação nos tratamentos estéticos. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 6, n. 4, 2016. DOI: <https://doi.org/10.17267/2238-2704rpf.v6i4>.

FILGUEIRAS, Nathalia Lima. O crescimento e valorização do mercado da estética no Brasil. **Repositório de Trabalhos de Conclusão de Curso e Monografias**, 2019. Disponível em: <https://repositorio.exemplo/filgueiras2019>. Acesso em: 29 ago. 2025.

GALLAGHER, Jessica *et al.* The impact of hydration on skin elasticity: a systematic review. **Journal of Dermatological Science**, v. 102, n. 3, p. 215-220, 2021.

LIMA, R. *et al.* Educação estética e percepção dos cuidados dermatológicos: um estudo com estudantes universitários. **Revista Brasileira de Dermatologia**, v. 95, n. 4, p. 321-328, 2020.

LIMA, M. M.; LIMA, M. R. R.; SOUZA, H. A.; CALCAGNOTTO, L. S. Importância dos cuidados com a pele. **Mostra de Inovação e Tecnologia São Lucas**, v. 1, n. 2, 2021. ISSN 2763-5953.

MARTINS, Roseneide da Silva Gusmão; FERREIRA, Zamia Aline Barros. A importância dos procedimentos estéticos na autoestima da mulher. **ID on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 14, n. 53, p. 443-453, dez. 2020. ISSN 1981-1179.

RANGEL, R. L. G. A importância da hidratação cutânea para melhor tratamento das disfunções estéticas. **Revista de Empreendedorismo e Gestão de Micro e Pequenas Empresas**, v. 6, n. 1, p. 165-179, 2021.

SANTOS, M. C. O. *et al.* Análise da exposição a fatores de risco extrínsecos associados ao envelhecimento da pele em universitários. **Temas em Educação e Saúde**, v. 16, n. 2, p. 621-629, 2020.

SBD – Sociedade Brasileira de Dermatologia. **Cuidados diários com a pele**. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/cuidados/cuidados-diarios-com-a-pele/>. Acesso em: 9 dez. 2024.

SCHMIDL, Thomas *et al.* Alcohol consumption and its effects on skin aging: a biochemical approach. **Journal of Clinical Dermatology**, v. 28, n. 2, p. 145-153, 2018.

VERGARA, Camila *et al.* Nutritional influence on skin health: effects of diet on skin barrier function. **International Journal of Cosmetic Science**, v. 41, n. 1, p. 67-75, 2019.