TENDÊNCIAS EPIDEMIOLÓGICAS DE EXCESSO DE PESO, TABAGISMO E AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE E SUAS IMPLICAÇÕES NA SAÚDE ESTÉTICA

Brunna Moura Santos Luz, Victória Campos Silva, Larissa Cavallieri Segismondi, Igor Martins Alves Melo, Josne Carla Paterno.

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade Ciências da Saúde, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, mourabrunna11@gmail.com, vi.campos04@gmail.com, larissacavallieris@gmail.com, igormartinsam@gmail.com, professorajosne@gmail.com

Resumo

A saúde estética apresenta interface com diferentes condições de saúde, uma vez que fatores metabólicos e comportamentais podem influenciar a integridade cutânea, o envelhecimento e a percepção corporal. Este estudo teve como objetivo analisar indicadores de Índice de Massa Corporal (IMC), tabagismo e autopercepção de saúde do Vigitel e suas implicações para a saúde estética em adultos do município de São Paulo. Trata-se de estudo observacional, descritivo e analítico, baseado em dados secundários do Vigitel Brasil 2006 a 2024. Foram avaliados indicadores de excesso de peso, obesidade, tabagismo e autopercepção negativa da saúde. Os resultados demonstraram aumento do excesso de peso e da obesidade, redução do tabagismo e presença de percepção negativa da saúde na população estudada. O IMC elevado e o tabagismo podem estar relacionados à inflamação, ao estresse oxidativo e ao envelhecimento cutâneo. Os indicadores avaliados contribuem para compreender a interface entre saúde pública e saúde estética, reforçando a importância de integrar o cuidado estético às estratégias de promoção da saúde e do bem-estar.

Palavras-chave: Autopercepção de saúde. Estilo de vida. Estética. Qualidade de vida.

Área do Conhecimento: Biomedicina; estética.

Introdução

A autopercepção de saúde constitui um importante indicador das condições de saúde e qualidade de vida da população, uma vez que expressa a maneira como os indivíduos avaliam seu próprio estado físico, emocional e socia. Trata-se de uma percepção subjetiva, influenciada não apenas pela presença ou ausência de doenças diagnosticadas, mas também por fatores como hábitos de vida, capacidade funcional, bem-estar, autoestima, satisfação com a imagem corporal e experiências individuais relacionadas ao processo saúde-doença (Mattos et al., 2021). Dessa forma, a autopercepção amplia a compreensão do estado de saúde para além de parâmetros exclusivamente clínicos, permitindo identificar aspectos que podem interferir no comportamento, no autocuidado e na busca por serviços de saúde.

A relação entre saúde, imagem corporal e estética torna essa temática particularmente relevante no campo da saúde estética. A percepção que o indivíduo possui sobre o próprio corpo pode influenciar sua autoestima, seu bem-estar psicológico, seus hábitos de autocuidado e sua disposição para buscar intervenções voltadas à melhoria da aparência e da qualidade de vida. Nesse contexto, a saúde estética apresenta uma abordagem que ultrapassa a dimensão exclusivamente relacionada à aparência, estabelecendo interfaces com a promoção da saúde, a prevenção de agravos, a avaliação individualizada e a orientação quanto aos cuidados corporais e cutâneos (Purim; Reimann-Junior; Littieri, 2021). Assim, compreender os fatores associados à percepção de saúde e à imagem corporal contribui para uma atuação profissional mais integrada e baseada nas características e necessidades individuais.

Entre os indicadores relacionados às condições de saúde e à composição corporal, destaca-se o Índice de Massa Corporal (IMC), amplamente utilizado para classificação do estado nutricional em estudos populacionais. Valores elevados de IMC estão associados a maior probabilidade de alterações metabólicas e ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, além de poderem repercutir sobre a funcionalidade, a qualidade de vida e a percepção que o indivíduo possui de seu próprio corpo. No contexto da saúde estética, essa discussão apresenta relevância por envolver aspectos relacionados à composição corporal, à distribuição da adiposidade, à percepção da imagem corporal e

à autoestima (Andrade et al., 2021). Além disso, a obesidade está relacionada a processos inflamatórios sistêmicos e a diferentes repercussões sobre a saúde e a qualidade de vida, podendo também influenciar a relação do indivíduo com sua aparência e seu bem-estar (Rocha et al., 2023).

Outro importante fator de risco modificável é o tabagismo, comportamento associado a diversos prejuízos à saúde e que também apresenta repercussões sobre aspectos estéticos. A exposição contínua às substâncias presentes no tabaco pode favorecer o estresse oxidativo, comprometer a circulação sanguínea e contribuir para alterações relacionadas ao envelhecimento cutâneo, além de afetar a integridade e a aparência da pele (Oliveira et al., 2026). Dessa maneira, o tabagismo deve ser compreendido não apenas como um fator de risco para doenças crônicas, mas também como um comportamento que pode interferir na saúde e nas características estéticas do indivíduo. Nesse sentido, o Vigitel, sistema de vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis, constitui uma importante fonte de dados secundários para o monitoramento de indicadores relacionados a comportamentos e condições de saúde da população adulta residente nas capitais brasileiras e no Distrito Federal (BRASIL, 2025).

A utilização de dados provenientes do Vigitel possibilita, portanto, analisar conjuntamente indicadores relacionados ao estado nutricional, ao comportamento de fumar e à percepção do próprio estado de saúde, contribuindo para uma compreensão mais ampla das condições que podem repercutir sobre a saúde, a qualidade de vida e a relação com a imagem corporal. Essa abordagem é especialmente pertinente à saúde estética, área em que a avaliação das características individuais e dos fatores associados ao estilo de vida pode subsidiar estratégias de cuidado mais seguras, individualizadas e alinhadas às necessidades de cada pessoa. Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar os indicadores de IMC, tabagismo e autopercepção de saúde, a partir dos dados do Vigitel, relacionando-os às possíveis implicações para a saúde estética na população adulta residente no município de São Paulo.

Metodologia

O presente estudo apresenta delineamento observacional, descritivo e analítico, com abordagem quantitativa e análise de série temporal, utilizando dados secundários agregados provenientes do Vigitel Brasil 2006–2024, publicado pelo Ministério da Saúde. A análise foi delimitada ao município de São Paulo, considerando a população adulta (≥ 18 anos) contemplada pelo sistema Vigitel, responsável pelo monitoramento de fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal (BRASIL, 2025).

Foram selecionados indicadores relacionados ao estado nutricional, tabagismo e autopercepção do estado de saúde. Para o estado nutricional, foram analisadas as prevalências de excesso de peso, definido pelo Índice de Massa Corporal (IMC) ≥ 25 kg/m², e de obesidade, definida pelo IMC ≥ 30 kg/m². Em relação ao tabagismo, foram considerados a prevalência de adultos fumantes e o tabagismo pesado, definido pelo consumo de 20 ou mais cigarros por dia. Para a autopercepção de saúde, foi considerada a proporção de indivíduos que avaliaram o próprio estado de saúde como ruim ou muito ruim.

Inicialmente, foi realizada análise descritiva das prevalências, com comparação dos valores observados em 2006 e 2024 e cálculo das diferenças absolutas em pontos percentuais. Posteriormente, os dados anuais disponíveis foram organizados em séries temporais para avaliação do comportamento dos indicadores ao longo do período de 2006 a 2024.

Para avaliar as tendências temporais, foram ajustados modelos de regressão linear simples, considerando o ano como variável independente e a prevalência de cada indicador como variável dependente. Foram estimados o coeficiente de regressão (β), o coeficiente de determinação (R^2) e o valor de p. O coeficiente β foi utilizado para estimar a variação média anual, em pontos percentuais, enquanto o R^2 expressou a proporção da variabilidade do indicador explicada pelo tempo. Foram avaliadas as tendências temporais do excesso de peso, tabagismo pesado e autopercepção negativa de saúde. Também foi realizada análise de correlação para investigar a relação entre as séries temporais dos indicadores. Foram avaliadas as correlações entre excesso de peso e tabagismo pesado, excesso de peso e autopercepção negativa de saúde e tabagismo pesado e autopercepção negativa de saúde. A magnitude e a direção das associações foram expressas pelo coeficiente de correlação (r), acompanhadas dos respectivos valores de p.

Adicionalmente, foi ajustado um modelo de regressão linear múltipla, considerando a autopercepção negativa de saúde como variável dependente e as prevalências de excesso de peso e tabagismo pesado como variáveis independentes. Para avaliação do modelo, foram considerados os coeficientes de regressão (β), os respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%), os valores de p e os coeficientes de determinação (R^2). A adequação do modelo também foi avaliada por meio da análise gráfica. Para todas as análises, adotou-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Considerando que as análises foram realizadas com dados secundários agregados por ano, as associações identificadas

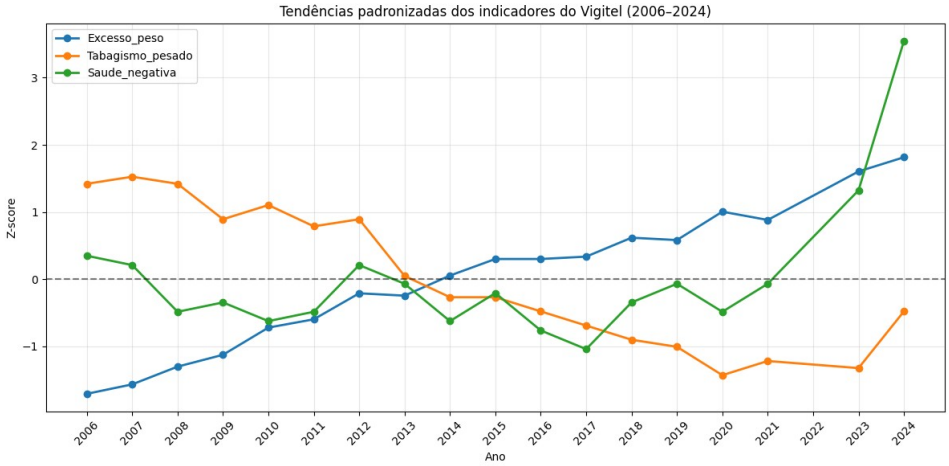
representam relações entre as prevalências dos indicadores ao longo da série temporal e não associações em nível individual. Dessa forma, os resultados não permitem estabelecer relações de causalidade entre excesso de peso, tabagismo e autopercepção do estado de saúde.

Os achados foram discutidos à luz da literatura científica, considerando suas possíveis implicações para a saúde estética, especialmente em relação à composição corporal, inflamação, estresse oxidativo, envelhecimento cutâneo, qualidade da pele, imagem corporal, autoestima e práticas de autocuidado.

Resultados

No município de São Paulo, o Vigitel 2024 realizou 1.000 entrevistas com indivíduos adultos, sendo 414 homens e 586 mulheres (BRASIL, 2025). A análise dos indicadores entre 2006 e 2024 evidenciou mudanças no perfil de saúde da população adulta, caracterizadas principalmente pelo aumento do excesso de peso, pela redução do tabagismo pesado e por variações na autopercepção negativa de saúde (Figura 1). A prevalência de excesso de peso aumentou de 42,6% em 2006 para 62,6% em 2024, correspondendo a um acréscimo de 20,0 pontos percentuais. A obesidade também apresentou aumento expressivo, passando de 11,8% para 25,7% no mesmo período, com acréscimo de 13,9 pontos percentuais. Assim, em 2024, aproximadamente seis em cada dez adultos apresentavam excesso de peso e cerca de um quarto apresentava obesidade.

Figura 1 – Evolução temporal dos indicadores de excesso de peso, tabagismo e autopercepção negativa de saúde no município de São Paulo, 2006–2024. Tendências padronizadas dos indicadores ao longo do período analisado.



Fonte: Elaborado pelos autores.

A análise de tendência temporal confirmou aumento significativo do excesso de peso (β = 1,046; R^2 = 0,978; p < 0,001) e redução significativa do tabagismo pesado (β = −0,163; R^2 = 0,858; p < 0,001). Para a autopercepção negativa de saúde, embora tenha sido observado aumento de 5,2% para 7,5% entre 2006 e 2024, a tendência linear não atingiu significância estatística (β = 0,057; R^2 = 0,184; p = 0,076) (Figura 1; Tabela 1).

As análises de correlação evidenciaram diferentes padrões de associação entre os indicadores (Figura 2; Tabela 1). Observou-se forte correlação negativa entre excesso de peso e tabagismo pesado (r = −0,904; p < 0,001), indicando que o aumento da prevalência de excesso de peso ao longo da série temporal ocorreu concomitantemente à redução do tabagismo pesado. Ressalta-se que essa associação temporal não implica relação causal entre os indicadores. Entre excesso de peso e autopercepção negativa de saúde, observou-se correlação positiva moderada, porém sem significância estatística (r = 0,439; p = 0,069). A correlação entre tabagismo pesado e autopercepção negativa de saúde também não foi significativa (r = −0,114; p = 0,652), apresentando magnitude fraca (Figura 2).

A regressão linear múltipla foi utilizada para avaliar conjuntamente a associação do excesso de peso e do tabagismo pesado com a autopercepção negativa de saúde. O modelo foi estatisticamente significativo (R^2 = 0,628; p < 0,001), indicando que os preditores incluídos no modelo explicaram 62,8% da variabilidade observada na autopercepção negativa de saúde ao longo do período analisado.

No modelo ajustado, tanto o excesso de peso (β = 0,232; IC95%: 0,133–0,331; p < 0,001) quanto o tabagismo pesado (β = 1,170; IC95%: 0,574–1,766; p = 0,001) apresentaram associações positivas e estatisticamente significativas com a autopercepção negativa de saúde. Destaca-se que o tabagismo pesado não apresentou associação significativa na análise bivariada, mas tornou-se significativo após

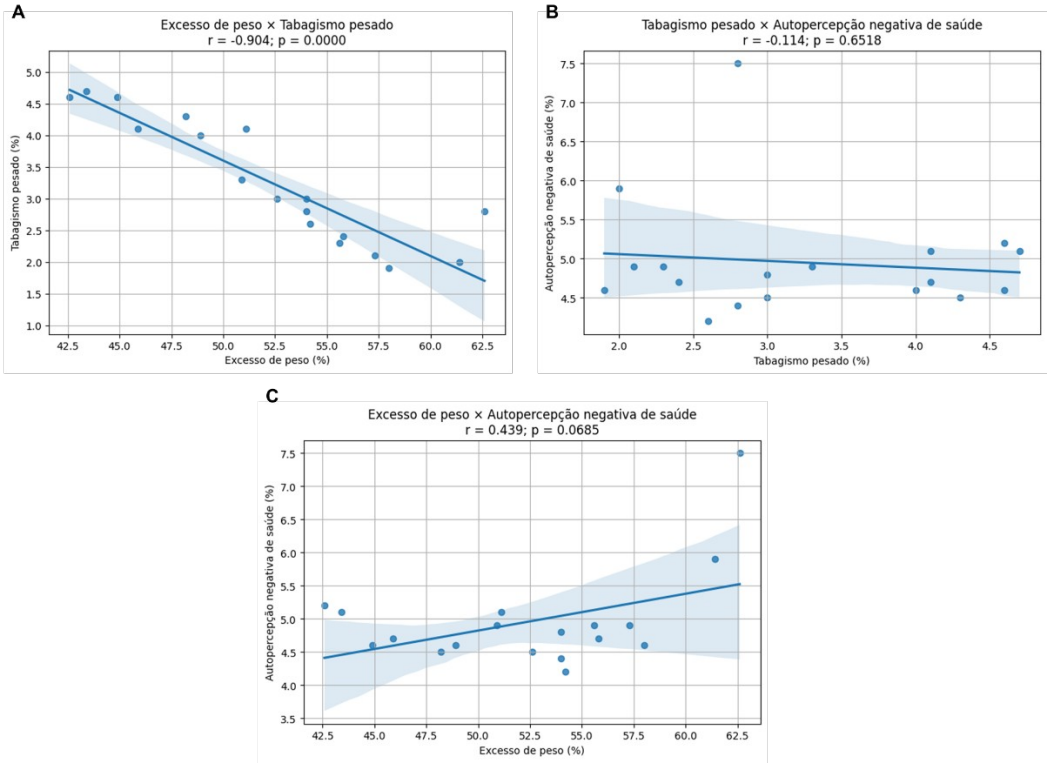
o ajuste pelo excesso de peso. Esse resultado deve ser interpretado considerando a forte correlação inversa entre os dois preditores

Tabela 1 – Análises de tendência temporal e correlação dos indicadores de saúde em adultos no município de São Paulo entre 2006–2024.

Tipo de análise	Indicadores	β / r	R^2	*p*	Interpretação
Tendência temporal	Excesso de peso	β = 1,046	0,978	< 0,001	Aumento significativo
Tendência temporal	Tabagismo pesado	β = −0,163	0,858	< 0,001	Redução significativa
Tendência temporal	Autopercepção negativa	β = 0,057	0,184	0,076	Tendência não significativa
Correlação	Excesso de peso × Tabagismo pesado	r = −0,904	—	< 0,001	Negativa forte e significativa
Correlação	Excesso de peso × Autopercepção negativa	r = 0,439	—	0,069	Positiva moderada, não significativa
Correlação	Tabagismo pesado × Autopercepção negativa	r = −0,114	—	0,652	Fraca e não significativa

Fonte: Elaborado pelos autores.

Figura 2 – Correlação entre os indicadores de excesso de peso, tabagismo e autopercepção negativa de saúde no município de São Paulo, 2006–2024. (A) Correlação entre excesso de peso e tabagismo. (B) Correlação entre tabagismo e autopercepção negativa de saúde. (C) Correlação entre excesso de peso e autopercepção negativa de saúde.



Fonte: Elaborado pelos autores.

Discussão

O aumento do excesso de peso e da obesidade é relevante para a saúde estética, uma vez que essas condições podem estar associadas a alterações metabólicas, processos inflamatórios crônicos, adiposidade localizada, flacidez, insatisfação corporal e maior procura por cuidados estéticos (Rocha et al., 2023). A obesidade pode contribuir para um estado de inflamação crônica de baixa intensidade, afetando a qualidade da pele, a cicatrização e a resposta a procedimentos estéticos (Oliveira et al., 2026). Os dados encontrados no presente estudo reforçam essa relevância, uma vez que a prevalência de excesso de peso aumentou de 42,6% em 2006 para 62,6% em 2024, correspondendo a um acréscimo de 20,0 pontos percentuais. A obesidade apresentou crescimento igualmente expressivo, passando de 11,8% para 25,7% no mesmo período, o que representa um aumento de 13,9 pontos percentuais. Dessa forma, observa-se que as alterações relacionadas ao peso corporal se tornaram

ainda mais prevalentes na população adulta do município de São Paulo, alcançando, em 2024, aproximadamente seis em cada dez adultos para o excesso de peso e cerca de um quarto da população para a obesidade.

A tendência temporal observada para o excesso de peso reforça a importância desse achado para a saúde estética, pois evidencia a crescente prevalência de alterações relacionadas à composição corporal em uma população na qual a procura por cuidados voltados ao contorno corporal, à adiposidade localizada e à flacidez pode assumir maior relevância.

O crescimento da obesidade também merece destaque, principalmente pela magnitude da mudança observada, indicando que a proporção de adultos classificados como obesos mais que dobrou durante o período analisado. Esse resultado amplia a importância da discussão para além da aparência corporal, uma vez que o excesso de adiposidade está relacionado a alterações metabólicas e inflamatórias que podem repercutir em diferentes aspectos do organismo e, consequentemente, em características consideradas na avaliação estética. Assim, os dados epidemiológicos analisados demonstram que a saúde estética está inserida em um contexto populacional no qual as alterações da composição corporal apresentam relevância crescente.

O tabagismo, mesmo com tendência de redução, permanece relevante devido aos seus efeitos sobre o estresse oxidativo, a microcirculação, a degradação do colágeno, a formação de rugas, a flacidez e o envelhecimento cutâneo precoce (Oliveira et al., 2026). Segundo Purim, Reimann-Junior e Littieri (2021), o uso do tabaco compromete a oxigenação tecidual, reduzindo a capacidade de recuperação da pele e podendo interferir nos resultados de procedimentos estéticos. Assim, indivíduos fumantes ou ex-fumantes constituem um público relevante para procedimentos de rejuvenescimento facial e tratamentos que estimulem a produção de colágeno, uma vez que os efeitos cutâneos do tabagismo podem persistir mesmo após a cessação do hábito, demandando uma abordagem estética específica para esse perfil de paciente. Dessa forma, mesmo diante da redução do tabagismo, a identificação desse hábito durante a avaliação estética permanece importante para a individualização dos cuidados e para a compreensão das condições que podem interferir na qualidade da pele e na recuperação tecidual.

A forte correlação negativa identificada entre excesso de peso e tabagismo pesado também merece destaque. O resultado demonstra que, ao longo da série temporal, o aumento do excesso de peso ocorreu paralelamente à redução do tabagismo pesado, caracterizando comportamentos temporais inversos entre os dois indicadores. Esse achado demonstra que os indicadores relacionados ao estilo de vida não apresentam comportamentos isolados e que sua análise conjunta permite uma compreensão mais ampla das mudanças ocorridas na população adulta de São Paulo. Embora a associação observada não permita estabelecer uma relação causal entre os fenômenos, evidencia-se a importância de considerar diferentes aspectos do estilo de vida ao discutir condições corporais e de saúde relacionadas à estética.

A autopercepção negativa de saúde representa uma dimensão subjetiva importante, pois a forma como o indivíduo percebe sua condição pode influenciar a autoestima, a imagem corporal e a busca pelo autocuidado (Mattos et al., 2021). Indivíduos que avaliam negativamente sua saúde podem apresentar maior preocupação com alterações corporais e com o envelhecimento, estimulando a procura por orientação estética (Miranda et al., 2023). Dessa forma, a percepção negativa da própria saúde pode constituir um fator motivacional adicional para a busca por procedimentos estéticos, na medida em que o indivíduo insatisfeito com sua condição física pode associar a melhora da aparência a uma maior sensação de bem-estar e de controle sobre sua saúde.

A análise conjunta dos indicadores fortalece essa compreensão integrada. O excesso de peso e o tabagismo pesado, considerados simultaneamente, explicaram aproximadamente 62,8% da variabilidade observada na autopercepção negativa de saúde ao longo do período. Esse resultado demonstra que a análise simultânea dos indicadores apresenta capacidade significativa de explicar a variação temporal observada na percepção negativa da saúde, reforçando a importância de uma abordagem que considere conjuntamente diferentes características relacionadas ao estilo de vida.

Os indicadores analisados não devem ser interpretados isoladamente. O IMC elevado está relacionado a processos inflamatórios e alterações corporais, enquanto o tabagismo contribui para o estresse oxidativo e o envelhecimento cutâneo; ambos podem influenciar a percepção de saúde e as necessidades de autocuidado (BRASIL, 2025). A relevância desses resultados para a Biomedicina Estética reside na possibilidade de relacionar os indicadores epidemiológicos às características observadas na prática estética. O crescimento do excesso de peso e da obesidade evidencia uma população na qual alterações relacionadas à composição corporal assumem importância crescente. Ao mesmo tempo, os efeitos do tabagismo sobre a pele demonstram que hábitos de vida podem interferir diretamente nas características cutâneas e na resposta aos procedimentos. Dessa forma, os dados analisados sustentam a importância de uma abordagem estética que considere não apenas a queixa

apresentada pelo paciente, mas também fatores relacionados ao seu estilo de vida e às suas condições gerais de saúde.

Nesse contexto, a saúde estética pode ser compreendida como uma área que não se restringe à modificação da aparência, mas que também envolve avaliação, orientação, prevenção e promoção do bem-estar. A identificação de fatores como excesso de peso e histórico de tabagismo permite ao profissional compreender melhor o perfil do paciente e estabelecer uma abordagem individualizada, contribuindo para uma maior adequação dos cuidados estéticos.

Uma limitação importante do presente estudo foi a utilização de dados agregados do relatório, o que impossibilitou a realização de análises em nível individual entre IMC, tabagismo e autopercepção de saúde. Ainda assim, a análise dos dados permitiu identificar tendências temporais e associações entre os indicadores relevantes para a discussão da saúde estética, reforçando a importância de compreendê-la sob uma perspectiva integrada, que considere características corporais, hábitos de vida, percepção de saúde, autoestima e autocuidado.

Conclusão

Os indicadores de IMC, tabagismo e autopercepção de saúde do Vigitel demonstram relevância para a saúde estética. O crescimento do excesso de peso e da obesidade pode estar associado a alterações metabólicas, processos inflamatórios, modificações da composição corporal e maior demanda por cuidados estéticos. O tabagismo, apesar de sua redução ao longo do período analisado, permanece relevante devido aos seus efeitos sobre o envelhecimento cutâneo, a qualidade da pele e a cicatrização. A autopercepção negativa de saúde, por sua vez, acrescenta uma dimensão subjetiva à avaliação das condições de saúde, podendo influenciar a autoestima e o autocuidado.

Conclui-se que a saúde estética deve ser compreendida para além da aparência física, envolvendo avaliação individualizada, orientação responsável, prevenção e promoção do bem-estar. Recomenda-se que estudos futuros utilizem microdados do Vigitel para permitir análises estatísticas em nível individual e aprofundar a compreensão das relações entre estado nutricional, tabagismo e autopercepção de saúde na população adulta de São Paulo e no Brasil.

Referências

ANDRADE, R. D. *et al*. Associação entre nível de atividade física e percepção de saúde em trabalhadores industriários obesos. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 15, n. 95, p. 719-728, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2024: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2025.

MATTOS, S. *et al*. Elaboração e validação de um instrumento para mensurar autopercepção de saúde em adultos. Saúde em Debate, v. 45, p. 366-377, 2021.

MIRANDA, S. R. *et al*. Associação entre felicidade, percepção de saúde e qualidade de vida de estudantes de medicina: estudo transversal. Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, v. 39, n. 5, 2023.

OLIVEIRA, D. M. C. *et al*. Ansiedade e tabagismo: impactos na autopercepção da saúde e nas tentativas de parar de fumar. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 12, n. 3, p. 1-26, 2026.

PURIM, K. S. M.; REIMANN-JUNIOR, M. A.; LITTIERI, M. Percepção de saúde pelo estudante de medicina: atividade física, imagem corporal e qualidade de vida. Revista Médica do Paraná, v. 79, n. 2, 2021.

ROCHA, F. C. *et al*. Autopercepção negativa de saúde entre adultos no Brasil. REVISA, v. 12, n. 1, p. 112-123, 2023.