

BIOMEDICINA ESTÉTICA E PRÁTICAS INTEGRATIVAS: UM CAMINHO PARA SAÚDE E BEM-ESTAR SUSTENTÁVEIS

Introdução/Fundamentos: A Biomedicina Estética integra saúde, bem-estar e estética, promovendo uma visão holística que abrange aspectos físicos, emocionais e mentais dos pacientes. Ao combinar procedimentos estéticos com práticas integrativas, como acupuntura e *mindfulness*, busca-se uma melhora estética aliada ao equilíbrio emocional e à qualidade de vida. A crescente demanda por procedimentos minimamente invasivos e práticas sustentáveis destaca a importância de uma abordagem além da estética superficial, focada no bem-estar integral.

Objetivos: Avaliar a eficácia de uma abordagem integrativa na Biomedicina Estética, unindo técnicas estéticas inovadoras, práticas sustentáveis e análises clínicas para promover saúde e bem-estar.

Delineamento/Métodos: Realizou-se uma revisão sistemática da literatura nas bases *PubMed*, *Scielo* e *Web of Science*, abrangendo artigos de 2016 a 2023. Os estudos selecionados abordam a eficácia de procedimentos estéticos, invasivos e minimamente invasivos, combinados com terapias complementares e práticas integrativas. A análise incluiu a satisfação do paciente, a sustentabilidade e a acessibilidade dos serviços.

Resultados e Discussão: As abordagens integrativas, que combinam procedimentos estéticos com terapias complementares como acupuntura, *mindfulness* e terapias naturais, mostraram-se altamente eficazes na melhora dos resultados estéticos e no bem-estar emocional dos pacientes. A integração de práticas sustentáveis nos cuidados estéticos resultou em uma experiência mais segura e eficaz, minimizando efeitos adversos e acelerando a recuperação. Pacientes relataram maior satisfação e uma significativa redução do estresse e ansiedade. As análises clínicas permitiram personalizar os tratamentos conforme as necessidades individuais, garantindo resultados mais precisos e eficazes. Além disso, estratégias educativas ampliaram o conhecimento dos pacientes sobre práticas saudáveis e sustentáveis, aumentando a adesão aos tratamentos e melhorando a acessibilidade a essas intervenções integrativas.

Conclusões/Considerações Finais: A combinação de procedimentos estéticos com práticas integrativas e sustentáveis na Biomedicina Estética promove um bem-estar holístico, melhorando tanto os resultados estéticos quanto o equilíbrio emocional e a qualidade de vida dos pacientes. Esse modelo de cuidado é essencial para gerar impactos positivos na saúde pública, sendo uma abordagem eficaz e necessária.

Palavras-chave: Procedimentos estéticos; Saúde integrativa; Bem-estar; Sustentabilidade; Acessibilidade em saúde.