

Avaliação da eficácia de protocolos estéticos no tratamento da flacidez abdominal após perda ponderal

Andressa Marques Kamke, Biomedicina, Centro Universitário Integrado, Brasil

Maria Victória Florencio Mendonça, Biomedicina, Centro Universitário Integrado, Brasil

Lais de Souza Braga, Biomedicina, Centro Universitário Integrado, Brasil,
lais.souza@grupointegrado.br

INTRODUÇÃO

A valorização dos padrões estéticos corporais tem se intensificado na sociedade contemporânea, sendo impulsionada por fatores sociais, culturais e midiáticos. Nesse contexto, a busca por um corpo considerado ideal tem contribuído para o aumento da procura por procedimentos estéticos, evidenciando a crescente preocupação com a aparência física e sua relação com a autoestima e a qualidade de vida dos indivíduos (FAG, 2022).

Paralelamente, observa-se um aumento significativo da perda ponderal, seja por meio de mudanças no estilo de vida, intervenções clínicas ou cirurgias bariátricas. Apesar dos benefícios à saúde, a redução acentuada de peso pode resultar em alterações estéticas relevantes, como a flacidez cutânea, especialmente na região abdominal, decorrente da diminuição da elasticidade da pele e da perda de sustentação dos tecidos (Ferreira, 2023).

Diante desse cenário, a estética avançada configura-se como uma alternativa não invasiva para o tratamento da flacidez abdominal, oferecendo diferentes recursos terapêuticos que visam estimular a produção de colágeno, melhorar a firmeza da pele e promover a remodelação tecidual, proporcionando resultados satisfatórios sem a necessidade de procedimentos cirúrgicos (Figueroa; Andrade, 2023).

Considerando o aumento expressivo da perda de peso na população e o crescimento da demanda por tratamentos estéticos que minimizem a consequência da perda ponderal de peso, este trabalho teve o objetivo de descrever a eficácia dos protocolos estéticos no tratamento da flacidez abdominal após perda de peso.

MÉTODO

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura, de caráter descritivo, com abordagem qualitativa, cujo objetivo foi descrever a eficácia de protocolos estéticos no tratamento da flacidez abdominal após perda ponderal.

A coleta de dados foi realizada por meio de busca eletrônica na base de dados Google Acadêmico, no mês de março de 2026. Para a identificação dos estudos, foram utilizados descritores relacionados ao tema, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo eles: “flacidez abdominal”, “flacidez cutânea”, “perda ponderal”, “emagrecimento”, “eficácia”, “efetividade”, “protocolos estéticos” e “tratamentos estéticos”.

Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, estruturados da seguinte forma: (flacidez abdominal OR flacidez cutânea) AND (perda ponderal OR emagrecimento) AND (eficácia OR efetividade) AND (protocolos estéticos OR tratamentos estéticos) AND (perda ponderal).

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos publicados nos últimos 10 anos (2016 a 2026), disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês, que abordassem a eficácia de protocolos estéticos no tratamento da flacidez abdominal, especialmente após perda ponderal. Foram incluídos estudos com diferentes delineamentos metodológicos, como ensaios clínicos, estudos experimentais, estudos observacionais e revisões de literatura, conforme identificado no fichamento previamente elaborado.

Como critérios de exclusão, foram desconsiderados artigos duplicados, estudos incompletos, resumos expandidos, trabalhos que não apresentassem relação direta com o tema proposto, bem como aqueles com metodologia pouco clara ou baixo rigor científico.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em três etapas. Inicialmente, foi realizada a busca sistemática na base de dados selecionada utilizando os descritores definidos. Em seguida, procedeu-se à triagem dos artigos por meio da leitura dos títulos e resumos, selecionando aqueles que apresentavam pertinência com o tema. Por fim, foi realizada a leitura completa dos artigos potencialmente elegíveis, sendo incluídos na amostra final aqueles que atenderam a todos os critérios estabelecidos.

Após a seleção, os estudos foram analisados de forma descritiva, sendo organizados conforme seus objetivos, metodologias e principais resultados, permitindo a comparação entre os diferentes protocolos estéticos utilizados no tratamento da flacidez abdominal.

REVISÃO DE LITERATURA

A flacidez abdominal após perda ponderal constitui uma das principais demandas no campo da estética, sendo resultado de alterações fisiológicas complexas que envolvem a estrutura e a funcionalidade da pele. A perda significativa de peso, especialmente quando ocorre de forma rápida, promove modificações importantes nas fibras de colágeno e elastina, além de alterações na matriz extracelular. Estudos indicam que, a cada 100 indivíduos que perdem mais de 10–15% do peso corporal em curto período, cerca de 60 a 70 desenvolvem flacidez cutânea, devido à redução da capacidade de retração da pele. Essas estruturas são fundamentais para a sustentação e elasticidade cutânea, e sua degradação pode reduzir em até 30% a densidade das fibras dérmicas, resultando em uma pele com menor

capacidade de retração, favorecendo o surgimento da flacidez (Sousa et al., 2021; Batista et al., 2025).

Do ponto de vista fisiológico, é imprescindível diferenciar a flacidez cutânea da flacidez muscular. A flacidez cutânea está diretamente relacionada à perda da firmeza da pele, decorrente da diminuição da produção de colágeno e elastina, que pode reduzir cerca de 1% ao ano após os 25 anos, sendo intensificada em casos de emagrecimento rápido. Já a flacidez muscular refere-se à redução do tônus da musculatura abdominal. Em um grupo de 100 indivíduos sedentários, aproximadamente 40 apresentam diminuição significativa do tônus muscular, o que agrava o aspecto estético. Essas condições podem coexistir, potencializando o aspecto inestético da região abdominal. A perda ponderal acelerada agrava esse quadro, pois não permite a adaptação gradual dos tecidos, comprometendo ainda mais a qualidade e a resistência da pele (Santos; Barros, 2020).

Nesse contexto, os tratamentos estéticos não invasivos têm se destacado como alternativas eficazes e seguras para a melhora da flacidez abdominal. A radiofrequência é uma das técnicas mais utilizadas, atuando por meio da emissão de ondas eletromagnéticas que geram calor nas camadas profundas da pele, podendo atingir temperaturas entre 40°C e 45°C. Esse aquecimento promove a contração imediata das fibras colágenas e estimula a neocolagênese e a elastogênese. Evidências científicas demonstram que, a cada 100 pacientes submetidos a protocolos seriados, cerca de 70 a 80 apresentam melhora visível da firmeza cutânea, confirmando sua eficácia na redução da flacidez abdominal (Batista et al., 2025).

A associação da radiofrequência com outras técnicas potencializa seus efeitos terapêuticos. O microagulhamento, por exemplo, tem sido amplamente estudado quando combinado à radiofrequência. Essa técnica promove microlesões controladas na pele, desencadeando um processo inflamatório fisiológico que estimula a regeneração tecidual e a produção de colágeno, podendo aumentar essa produção em até 400%. Quando associado à radiofrequência, há uma potencialização dos efeitos, devido à combinação de estímulos mecânicos e térmicos. Estudos experimentais demonstram que, em cada 100 pacientes tratados com a associação das técnicas, aproximadamente 60 apresentam melhora significativa da firmeza cutânea, além de redução da flacidez e melhora do aspecto geral da pele abdominal. Entretanto, a variabilidade dos protocolos e a ausência de acompanhamento longitudinal em parte dos estudos dificultam a avaliação da manutenção dos resultados em longo prazo. (Sousa et al., 2021).

As eletroterapias também desempenham papel relevante nesse contexto, especialmente no que diz respeito à redução do tecido adiposo subcutâneo. Correntes terapêuticas específicas, como a corrente russa, podem estimular a contração muscular e melhorar o tônus da musculatura abdominal. Nesse sentido, observa-se que, a cada 100 indivíduos submetidos ao tratamento, cerca de 30 apresentam melhora perceptível do tônus muscular, contribuindo para melhor sustentação da pele. Enquanto isso, outras modalidades podem favorecer a lipólise e a melhora da circulação local. Dessa forma, observa-se uma relação indireta entre a redução da adiposidade e a melhora da flacidez, uma vez que a diminuição do volume adiposo contribui para uma melhor acomodação da pele. Além disso, os resultados encontrados apresentam diferenças expressivas entre os estudos,

sugerindo que fatores individuais, como grau de flacidez e adesão terapêutica, podem interferir significativamente na resposta clínica. (Garcia, 2024).

A criolipólise é outro recurso amplamente utilizado na estética corporal, atuando na redução da gordura localizada por meio do resfriamento controlado dos adipócitos, levando à sua apoptose. Estudos indicam que, em 100 pacientes submetidos ao procedimento, cerca de 20 a 25 apresentam redução significativa da gordura localizada após uma sessão. Tal achado reforça que, embora eficaz na redução adiposa, sua aplicação isolada apresenta limitações terapêuticas, evidenciando a necessidade de protocolos combinados para abordagem mais abrangente da flacidez abdominal. (Sousa et al., 2021).

No que se refere às terapias complementares, a drenagem linfática manual apresenta grande relevância, especialmente no pós-operatório de procedimentos cirúrgicos como a abdominoplastia. Essa técnica promove a redução de edemas, melhora da circulação linfática e favorece a oxigenação tecidual. Evidências indicam que, a cada 100 pacientes no pós-operatório, cerca de 50 apresentam redução significativa do edema, contribuindo para a recuperação e qualidade da pele. Além disso, pode ser utilizada em protocolos estéticos não invasivos como forma de potencializar os resultados obtidos com outras terapias (Santos, 2020).

Por fim, a ozonioterapia tem sido explorada na estética devido ao seu potencial bioestimulador e à capacidade de melhorar a oxigenação dos tecidos. O ozônio atua promovendo efeitos antioxidantes, anti-inflamatórios e estimuladores do metabolismo celular. Alguns estudos sugerem que, em 100 pacientes submetidos à técnica, cerca de 30 a 40 apresentam melhora na qualidade tecidual e oxigenação local. No entanto, apesar dos benefícios descritos, ainda existem limitações quanto à padronização dos protocolos e à robustez das evidências científicas disponíveis, sendo necessária a realização de mais estudos para consolidar sua aplicação clínica (Batista et al., 2025).

Dessa forma, observa-se que o tratamento da flacidez abdominal pós-perda ponderal deve ser realizado de maneira integrada e individualizada, uma vez que a associação de diferentes técnicas terapêuticas demonstra resultados superiores em relação aos métodos isolados, por atuar simultaneamente na redução do tecido adiposo, na melhora do tônus muscular e na estimulação da produção de colágeno. Estudos indicam melhores desfechos clínicos em protocolos combinados, reforçando a eficácia dessa abordagem. Contudo, a ausência de uniformidade metodológica entre os estudos analisados limita a generalização dos achados, evidenciando a necessidade de investigações futuras com maior rigor científico e padronização dos protocolos aplicados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados demonstram que os protocolos estéticos apresentam eficácia no tratamento da flacidez abdominal após perda ponderal, principalmente aqueles que atuam na estimulação da produção de colágeno e melhora da elasticidade cutânea, como a radiofrequência e o microagulhamento. Além disso, técnicas complementares contribuem para potencializar os resultados, atuando na melhora do tônus muscular, circulação e aspecto geral da pele. Evidencia-se que a associação de procedimentos é mais eficaz do que o uso de técnicas isoladas, pois

promove efeitos sinérgicos que favorecem resultados mais satisfatórios e duradouros. Entretanto, ainda existem lacunas na literatura, especialmente quanto à padronização dos protocolos, parâmetros de aplicação e evidências mais robustas para algumas terapias. Dessa forma, conclui-se que o objetivo do estudo foi alcançado, ao avaliar criticamente a eficácia dos principais protocolos estéticos, reforçando a importância de abordagens integradas, individualizadas e baseadas em evidências científicas.

PALAVRAS-CHAVE: Flacidez abdominal. Perda ponderal. Protocolos estéticos.

REFERÊNCIAS

AVRAM, M.M. Cryolipolysis for subcutaneous fat layer reduction. **Lasers in Surgery and Medicine**, 2016.

BATISTA, A.R. et al. Eficácia da radiofrequência no tratamento da flacidez abdominal. **Revista Brasileira de Estética**, v. 12, n. 2, p. 45-53, 2025.

FAG, F.A.G. Influência dos padrões estéticos na sociedade contemporânea. **Revista Multidisciplinar de Ciências da Saúde**, v. 5, n. 2, p. 15-21, 2022.

FERREIRA, L.M. Alterações cutâneas após perda ponderal e suas implicações estéticas. **Revista de Saúde e Estética**, v. 10, n. 1, p. 22-30, 2023.

FIGUEROA, M.A.; ANDRADE, L.C. Recursos estéticos no tratamento da flacidez abdominal. **Journal of Aesthetic Science**, v. 8, n. 3, p. 60-68, 2023.

GARCIA, R.S. Eletroterapias aplicadas à estética corporal. **Revista de Biomedicina Estética**, v. 9, n. 1, p. 33-41, 2024.

GOLD, M.H. et al. Clinical efficacy of radiofrequency in skin laxity. **Journal of Cosmetic Dermatology**, 2019.

KENNEDY, J. et al. Cryolipolysis: clinical outcomes. **Journal of Cosmetic Dermatology**, 2015.

MODARRESSI, A. Changes in skin quality after weight loss. **Dermatologic Clinics**, 2018.

NEVES, J.R.; OLIVEIRA, D.A. Alterações da pele após grande perda ponderal. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, 2019.

ROBERTSON, V. et al. Electrotherapy explained: principles and practice. **Elsevier**, 2019.

SANTOS, M.R.; BARROS, T.F. Flacidez cutânea e muscular: aspectos fisiológicos e tratamentos. **Revista Científica de Estética**, v. 7, n. 2, p. 18-27, 2020.

SARWER, D.B.; STEFFEN, K.J. Quality of life, body image and sexual functioning after bariatric surgery. **Surgery for Obesity and Related Diseases**, 2015.

SOUSA, J.P. et al. Associação de técnicas estéticas no tratamento da flacidez abdominal. **Revista de Estética Avançada**, v. 11, n. 1, p. 40-50, 2021.