



e-ISSN 2446-8118

INFLUÊNCIA DOS HÁBITOS DE HIGIENE NA AUTOIMAGEM GENITAL DE MULHERES JOVENS

INFLUENCE OF HYGIENE HABITS ON THE GENITAL SELF-IMAGE OF YOUNG

INFLUENCIA DE LOS HÁBITOS DE HIGIENE EN LA AUTOIMAGEN GENITAL DE LAS MUJERES JÓVENES

29

Yasmin Helito Abumanssur¹

Juliana Cristina Frare²

Maria Clara Vazquez³

Cristina Diamante⁴

Helenara Salvati Bertolossi Moreira⁵

RESUMO: Objetivo: Verificar a interferência que os hábitos de higiene íntima exercem sobre a autoimagem genital em mulheres jovens universitárias. Materiais e Métodos: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e descritivo. A população do estudo foi composta por 298 mulheres com idade entre 18 e 25 anos, matriculadas nos cursos de graduação da UNIOESTE campus Cascavel no ano letivo de 2021. A coleta de dados se deu através de um link, o qual dava acesso a questionários autoaplicáveis, sobre dados pessoais, práticas de higiene íntima, e o questionário *Female Genital Self Image Scale* (FGSIS), que é referente à autoimagem genital. Resultados e discussão: Não foi encontrada interferência significativa entre os hábitos de higiene e a autoimagem genital, porém, todos os hábitos adequados de higiene íntima avaliados, com exceção do tempo de lavagem da genitália feminina, estiveram relacionados à maior pontuação média do FGSIS em comparação aos hábitos inadequados, demonstrando que as práticas de higiene adequadas podem favorecer a confiança da mulher em relação à sua genitália, proporcionando além da saúde física, o bem-estar. Conclusão: Os hábitos de higiene íntima não interferiram significativamente sobre a autoimagem genital, porém hábitos inadequados de higiene sugerem relação com pior autoimagem genital, e independente da população, os cuidados íntimos devem ser abordados pelos profissionais da saúde com a finalidade de promover saúde física e o bem-estar.

DESCRITORES: Higiene; Autoimagem; Genitália Feminina; Sexualidade.

ABSTRACT: Objective: To verify the impact of intimate hygiene habits on genital self-image in young university women. Materials and Methods: This is a cross-sectional, quantitative and descriptive study. The study population consisted of women aged between 18 and 25 years old, who were enrolled in undergraduate courses at UNIOESTE, located in Cascavel, in the academic year of 2021. Data collection took place through a link that provided access to self-administered questionnaires about personal data, intimate hygiene practices, and the Female Genital Self Image Scale (FGSIS) questionnaire, which refers to genital self-image. Results: No significant interference

¹ Fisioterapeuta graduada pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste).

² Fisioterapeuta, doutora em Patologia, professora do curso de Fisioterapia da Unioeste.

³ Fisioterapeuta, graduada pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste).

⁴ Fisioterapeuta, doutora em Advanced Sciences in Rehabilitation Medicine and S., professora do curso de Fisioterapia da Unioeste.

⁵ Fisioterapeuta, doutora em Estomatopatologia, professora do curso de Fisioterapia da Unioeste.

was found between hygiene habits and genital self-image, however, all adequate intimate hygiene habits evaluated, except for washing time of female genitalia, were related to a higher mean FGSIS score compared to inappropriate habits, demonstrating that proper hygiene practices can favor women's confidence in their genitalia, providing in addition to physical health, well-being. Conclusion: Intimate hygiene habits did not significantly interfere on genital self-image, but inadequate hygiene habits suggest a relationship with worse genital self-image, and regardless of the population, intimate care should be addressed by health professionals in order to promote physical health and well-being.

DESCRIPTORS: Hygiene; Sel Concept; Female Genital; Sexuality.

RESUMEN: Objetivo: Verificar la interferencia que los hábitos de higiene íntima tienen sobre la autoimagen genital en jóvenes universitarias. Materiales y Métodos: Se trata de un estudio transversal, cuantitativo y descriptivo. La población de estudio estuvo conformada por mujeres con edades entre 18 y 25 años, matriculadas en cursos de pregrado en la UNIOESTE campus Cascavel en el año académico 2021. La recolección de datos se realizó a través de un enlace, que permitió el acceso a cuestionarios autoadministrados, sobre datos personales, prácticas de higiene íntima, y el cuestionario Escala de Autoimagen Genital Femenina (FGSIS), que se refiere a la autoimagen genital. Resultados: No se encontró una interferencia significativa entre los hábitos de higiene y la autoimagen genital, sin embargo, todos los hábitos de higiene íntima adecuados evaluados, con excepción del tiempo de lavado de los genitales femeninos, se relacionaron con una puntuación media mayor en el FGSIS en comparación con los hábitos inadecuados, demostrando que las prácticas adecuadas de higiene pueden favorecer la confianza de las mujeres en sus genitales, proporcionando además de salud física, bienestar. Conclusión: Los hábitos de higiene íntima no interfirieron significativamente en la autoimagen genital, pero los hábitos de higiene inadecuados sugieren una relación con una peor autoimagen genital, e independientemente de la población, el cuidado íntimo debe ser abordado por los profesionales de la salud con el fin de promover la salud física y bienestar.

DESCRIPTORES: Higiene; Autoimagen; Genitales Femeninos; Sexualidad.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde compreende a saúde sexual “como um estado de bem-estar físico, emocional, mental e social em relação à sexualidade e não meramente a ausência de doenças, disfunções ou debilidades”, pertencente a uma das dimensões da qualidade de vida de um indivíduo^{1,3}.

A sexualidade é um aspecto central do ser humano que engloba várias dimensões, entre elas a atividade sexual, o prazer e a intimidade,¹ sendo vivenciada através de comportamentos, práticas e valores, portanto, diretamente interligada à fatores biológicos, emocionais e socioculturais².

Informações sobre saúde sexual têm sido amplamente divulgadas através dos meios de comunicação digitais, com o objetivo promover comportamentos benéficos para a saúde, além de aproximar a comunicação entre os profissionais da área e população sobre a temática³. Em vista disso, os profissionais de

saúde devem estar preparados para abordar a saúde sexual durante a prática clínica,⁴ especialmente com as mulheres, pois estas passam por diversas vivências, mudanças hormonais e físicas que interferem diretamente na sexualidade².

Um estudo qualitativo composto por mulheres de 10 países diferentes, evidenciou que as práticas de cuidado íntimo, incluindo os hábitos de higiene, contribuem para as mulheres sentirem-se mais atraentes, confiantes e confortáveis, podendo repercutir em um impacto positivo na vida sexual⁵. Nesta perspectiva, é possível considerar uma relação entre as práticas de cuidados genitais e a autoimagem genital.

Autoimagem genital é definida como as crenças, atitudes e sentimentos decorrentes de interações ou experiências específicas, que envolvem seus órgãos genitais,⁶ ou seja, é a percepção que o indivíduo tem da sua genitália, podendo ser positiva ou negativa⁷.

A autoimagem genital positiva é

associada ao bem-estar, boa função sexual, boas práticas de saúde e melhor qualidade de vida,⁸ enquanto a negativa pode repercutir em angústias e quadros depressivos na vida sexual, além de desfavorecer a ida aos consultórios ginecológicos para o tratamento de doenças e disfunções, devido à preocupação com a exposição de seus genitais aos profissionais da saúde⁹.

Ao considerar que a promoção da saúde sexual envolve trazer maior conforto e satisfação em relação ao próprio corpo, além da atuação no contexto da doença,⁷ e que as práticas de cuidados íntimos repercutem no bem-estar da mulher,⁵ esse estudo busca explorar a hipótese de boas práticas de higiene íntima estarem relacionadas à autoimagem genital mais positiva, para contribuir no conhecimento de comportamentos que podem promover a saúde sexual feminina.

Assim sendo, o objetivo do presente estudo é verificar a interferência que os hábitos de higiene íntima exercem sobre a autoimagem genital em mulheres jovens universitárias.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e descritivo, realizado na Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE), campus de Cascavel, no período de outubro de 2021 a junho de 2022. Todos os procedimentos seguiram os critérios éticos exigidos e aprovados pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual do Oeste do Paraná - Parecer nº 5.067.540.

A população do estudo foi composta por 298 mulheres com idade entre 18 e 25 anos, matriculadas nos cursos de graduação da UNIOESTE - campus Cascavel no ano letivo de 2021, independentemente da área do conhecimento.

A coleta de dados se deu por meio de questionários autoaplicáveis digitais acessados por um link da plataforma Formulários Google. O link de acesso à pesquisa foi enviado às acadêmicas por e-mail cadastrado no sistema de gestão acadêmica da UNIOESTE (Academus), e pelo aplicativo *WhatsApp* em grupos de turmas e atléticas. A

pesquisadora também abordou acadêmicas presencialmente na universidade durante o período de aula, convidando-as a participar da pesquisa e encaminhando o link da pesquisa no *WhatsApp* pessoal.

Inicialmente o link direcionava a participante ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que apresentava as normas da pesquisa, os possíveis riscos e benefícios, além do direito e a liberdade de cancelar a participação na pesquisa a qualquer momento. Assim, coleta de dados iniciava somente após a participante aceitar as condições do termo.

A primeira sessão de perguntas designou-se à caracterização da população, a segunda sessão foi composta por perguntas objetivas sobre os hábitos de higiene íntima, e uma pergunta de resposta aberta para avaliar a percepção e conhecimento sobre a importância das práticas de higiene da região genital.

A terceira sessão foi o questionário *Female Genital Self-Image Scale* (FGSIS), validado na versão portuguesa do Brasil, utilizado para avaliar a autoimagem genital.¹⁰ Esse questionário é composto por 7 perguntas objetivas, com pontuação final entre 7 a 28 pontos, sendo que uma pontuação mais alta é interpretada como uma autoimagem genital mais positiva.

Ao final do questionário, as participantes do estudo obtiveram acesso a um material didático digital desenvolvido pelo próprio pesquisador, abordando os conteúdos de anatomia e características da região genital, além de condutas benéficas de higiene íntima, com o objetivo de colaborar para promoção do autocuidado e qualidade de vida das mulheres.

Os dados coletados foram armazenados utilizando o programa *Microsoft Office Excel*® 2013 para posterior análise.

A análise descritiva da caracterização da população e hábitos de higiene foi realizada por meio de valores absolutos e relativos (%), enquanto a pontuação final do FGSIS foi descrita através da média, desvio padrão e mediana. A análise estatística da interferência das condutas de higiene íntima sobre a autoimagem genital foi realizada através do Teste Qui-Quadrado, e considerou-se interferência significativa valores de $p < 0,05$.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste estudo, 368 respostas foram coletadas, destas 70 (19,02%) foram excluídas por não contemplarem o critério de inclusão da idade, totalizando uma amostra final de 298 (80,98%), valor que garante 95% de confiabilidade pelo cálculo estatístico de amostragem populacional, a partir do número total de acadêmicas matriculadas no ano de

2021 da Unioeste com idade entre 18 e 25 anos.

A idade média da população estudada foi de 21,19 ($\pm 1,80$) anos. Destas 239 (80,20%) declararam-se heterossexual, 225 (75,50%) sexualmente ativas, 143 (47,98%) residiam com os pais ou avós (47,98%), 126 (42,28%) possuíam renda familiar entre R\$ 3.300,00 e R\$ 9.900,00, 183 (61,40%) apenas estudavam e 174 (58,38%) cursavam a área da graduação de biológicas (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização da população do estudo

Características	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
Orientação sexual		
Heterossexual	239	80,20
Bissexual	48	16,10
Homossexual	4	1,34
Assexual	4	1,34
Pansexual	3	1,00
Sexualmente ativa		
Não	73	24,49
Sim	225	75,50
Renda familiar		
Mais de R\$ 9.900,00	43	14,42
Entre R\$ 3.300,00 e R\$ 9.900,00	126	42,28
Entre R\$ 1.100,00 e R\$ 3.300,00	120	40,26
Menos de 1.100,00	9	3,02
Moradia		
Reside com os pais/avós	143	47,98
Sozinha	83	27,85
Amiga(s)	42	14,09
Parceiro	30	10,06
Ocupação		
Estudante apenas	183	61,40
Estuda e trabalha	115	38,59
Área da graduação		
Biológicas	174	58,38
Humanas	78	26,17
Exatas	46	15,43

Fonte: O autor.

A pontuação média da autoimagem genital a partir do questionário FGSIS foi de

20,89 pontos (Tabela 2), sendo assim, relativamente positiva.

Tabela 2 - Autoimagem genital a partir do FGSIS

Pontuação final do questionário FGSIS			
Média (DP)	Mediana	Menor valor	Maior valor
20,89 (3,68)	21	12	28

Fonte: O autor.

Os resultados acerca dos hábitos de higiene íntima e sua interferência sobre a

média da autoimagem genital estão apresentados na Tabela 3.

Tabela 3 - Hábitos de higiene íntima e interferência sobre a média da autoimagem genital

Conduas	Frequência absoluta (%)	Média FGSIS (DP)	p
Como realiza a higienização da região genital?			
Lavar somente a área externa (vulva)	248 (83,22%)	20,95 (3,76)	0,78
Lavar somente a área interna, dentro da vagina (ducha vaginal)	2 (0,67%)	17,00 (4,41)	
Lavar a área externa e interna	48 (16,10%)	20,60 (3,24)	
Utiliza sabonete íntimo para higienização da área genital?			
Sim	107 (35,90%)	20,97 (3,66)	0,98
Não, utilizo água e o sabonete corporal	123 (41,27%)	20,43 (3,47)	
Não, utilizo somente água	68 (22,81%)	21,51 (4,01)	
Em quanto tempo realiza a higienização da área genital?			
Menos de 2 minutos	172 (57,71%)	20,70 (3,69)	0,98
Mais de 2 minutos	31 (10,40%)	21,80 (4,39)	
Não sei relatar	95 (31,87)	-	
Qual sentido é realizada a limpeza da região anal?			
Sentido ânus vagina (trás para frente)	20 (6,71%)	19,35 (3,60)	0,92
Sentido vagina ânus (frente para trás)	278 (93,28%)	20,98 (3,60)	
Utiliza absorvente sem a presença de menstruação? (Protetor diário)			
Sim, utilizo frequentemente (mínimo 2 vezes na semana)	9 (3,02%)	19,11 (3,91)	0,94
Não	200 (67,78%)	21,20 (3,76)	
Somente em situações específicas	89 (29,86%)	20,30 (3,38)	

Legenda: DP=Desvio Padrão; p=valor de significância verificado pelo teste Qi-Quadrado.

Fonte: O autor.

Neste estudo, 297 (99,66%) participantes consideraram as práticas de higiene da região genital importante. A análise da pergunta aberta para explicar a importância das práticas de higiene com a região genital foi analisada de forma quantitativa e apresentada na Tabela 4.

Em relação à categorização das respostas da Tabela 4, houve respostas

inseridas em mais de uma categoria, por atribuírem mais de uma importância às boas práticas de higiene íntima, por isso, a soma das frequências absolutas não totalizam o número total de participantes da pesquisa. Das 298 (100%) respostas analisadas, 13 (4,36%) respostas não foram categorizadas, pela falta de clareza ou pela peculiaridade da resposta.

Tabela 4 - Respostas obtidas em relação à importância das práticas de higiene íntima

Você considera importante ter boas práticas de higiene íntima, especificamente da genitália?	Quantidade (%)
Se sim, por que? (Se não, coloque um “.”)	
Prevenção de doenças e/ou infecções	139 (46,64)
Saúde/saúde da mulher	92 (30,87)
Bem-estar	28 (9,39)
Evitar odores	28 (9,39)
Por cuidado/autocuidado	28 (9,39)
Prevenir problemas	15 (5,03)
Área sensível	12 (4,02)
Conforto	12 (4,02)
“.”	12 (4,02)
Evitar proliferação de microorganismos, fungos, e/ou bactérias	11 (3,69)
Autoestima	11 (3,69)
Qualidade de vida	9 (3,02)
Autoconhecimento	7 (2,34)
Ser uma porta de entrada/ área vulnerável à micro-organismos	5 (1,67)
Evitar disfunções/manter um bom funcionamento	5 (1,67)
Manter a microbiota equilibrada	4 (1,34)
Área importante do corpo	4 (1,34)
Boa vida sexual	3 (1,00)
Proteger o parceiro sexual	3 (1,00)
Saúde mental/estado psicológico da mulher	3 (1,00)
Manter o pH adequado	3 (1,00)
Limpeza/ sentir-se limpa	3 (1,00)
Sentir segurança/confiança	2 (0,67)
Área frágil	1 (0,33)
Bom convívio social	1 (0,33)
Colaborar para detecção de doenças	1 (0,33)
Está ligada à reprodução humana	1 (0,33)
Respeito pelo corpo	1 (0,33)

Fonte: O autor.

Em síntese, neste estudo, foram considerados hábitos adequados de higiene íntima lavar somente a área externa (vulva), utilizando sabonete íntimo ou somente água, em um tempo menor de 2 minutos, e realizar a limpeza da região anal no sentido anteroposterior (frente para trás).

Não foi encontrada interferência estatisticamente significativa entre os hábitos de higiene e a autoimagem genital neste estudo, conforme apresentado na Tabela 3. Porém, todos os hábitos adequados de higiene íntima, com exceção da lavagem em um tempo menor de 2 minutos, estiveram relacionados à maior pontuação média do FGSIS em comparação aos hábitos inadequados.

Sobre a lavagem da genitália, apesar de utilizar somente água ser uma conduta adequada, os resíduos gordurosos e secreções produzidas pelas glândulas sudoríparas e sebáceas da genitália não são removidas de

forma eficaz, portanto, o uso de produtos com alguma detergência para higiene anogenital pode ser indicado para auxiliar na remoção desses resíduos¹¹.

Os sabonetes corporais, amplamente utilizados para lavagem da genitália, como relatado por 123 (41,27%) participantes deste estudo, seja pelo menor custo, facilidade ou hábito,¹² tem seu uso contraindicado, pois seus componentes resultam em um pH alcalino, causando diminuição da acidez da pele vulvar, a qual é uma característica protetora da genitália por inibir o crescimento e proliferação de microorganismos patógenos.¹¹ Além disso, o sabonete corporal também favorece o ressecamento da região,¹² por causar um dano na barreira surfactante da pele e assim, aumentar a perda de água transepidermica¹³.

107 (35,90%) participantes deste estudo relataram fazer uso de sabonete íntimo

na região genital, sendo recomendado os hipoalergênicos, de formulação líquida e pH balanceado¹¹. Visto que os produtos que entrem em contato direto com a genitália feminina devem preservar o equilíbrio da microbiota vaginal e serem livres de efeitos tóxicos.¹⁴ O ideal seria cada mulher receber uma formulação adequada às suas características, considerando a idade, mudanças hormonais, uso de medicamentos, condição fisiopatológica e práticas sexuais, pois esses fatores influenciam no equilíbrio do ecossistema vaginal, além de gerar diferenças na microbiota^{11,13}.

No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária é responsável por garantir a fiscalização dos produtos de higiene íntima, e conforme assegurado na Resolução da Diretoria Colegiada nº 752, de 19 de setembro de 2022, exigindo dados que comprovem a qualidade, a segurança e a eficácia de seus produtos, além de conter no rótulo o modo de uso, indicações e restrições de uso¹⁶.

No presente estudo, 50 (16,77%) participantes relataram realizar a lavagem da região interna da genitália (ducha vaginal), considerada uma prática contraindicada, pois afeta negativamente a microbiota vaginal, aumentando o risco do desenvolvimento de vaginose bacteriana e fúngica, além de doenças inflamatórias pélvicas e endometriose¹⁵. Outro estudo que verificou a realização desta prática por 47 (21,13%) médicas ginecologistas, pelo menos uma vez ao mês, e concluiu que os hábitos de higiene íntima destas também estão sujeitos a questionamentos¹⁷.

Estudos apontam que as mulheres realizam a ducha vaginal com a intenção de sentirem-se mais limpas e frescas, com maior frequência na época da menstruação ou atividade sexual,¹⁵ e foi visto que mulheres negras tendem a realizar mais esta prática comparado a mulheres brancas¹⁴.

Em relação à limpeza da região anal, quando realizada no sentido póstero-anterior favorece significativamente a ocorrência de infecções vaginais ou do trato urinário, por transferir bactérias do ânus para a vagina e uretra.¹² No presente estudo, 20 (6,71%) participantes relataram realizar a limpeza da região anal no sentido póstero-anterior, e de maneira similar, a prática foi relatada por 9

(9,0%) de mulheres atendidas em Unidades Básicas de Saúde em Uberlândia, Minas Gerais¹².

A limpeza anal de maneira inadequada pode ser mais ocorrente em mulheres jovens, com idade entre 18 a 25 anos, comparado à mulheres com idade entre 26 e 44 anos, pela falta de atenção ou instrução¹⁸. Nesse sentido, os profissionais de saúde devem atentar-se em orientar sobre a maneira correta de higienizar a região anal, independentemente da idade da mulher.

Quanto ao uso de protetor diário no período intermenstrual, 9 (3,02%) participantes deste estudo relataram utilizar frequentemente, enquanto outros estudos encontraram cifras maiores, de 83 (41%),¹⁷ 182 (38,9%),¹⁸ e 19 (19%)¹².

O uso de protetores de calcinha no período intermenstrual pode ter como justificativa o incômodo gerado pelo corrimento fisiológico ou pela própria umidade da genitália, resultantes do período reprodutivo da mulher, sendo assim, é indicado o uso de absorventes sem película plástica,¹⁹ e devem ser trocados com frequência para garantir seu efeito benéfico¹².

No presente estudo, a utilização frequente do protetor diário esteve associada a menor pontuação no FGSIS, criando a hipótese de que o incômodo com fluidos da genitália pode estar relacionado à uma percepção mais negativa sobre a genitália. Isto posto, é importante orientar as mulheres sobre as características da secreção fisiológica da vagina e sua importância, também a utilizar os protetores de calcinha com material respirável para permitir a circulação do ar na região.

A partir dos hábitos analisados no presente estudo, foi possível identificar a realização de práticas inadequadas de higiene em jovens universitárias, como a realização de ducha vaginal e uso de sabonete corporal na região íntima. Por isso, mesmo em uma população com acesso à informação em saúde é necessário o amparo de orientações advindas de profissionais da área para a prevenção de problemas vulvovaginais e promoção da saúde da mulher.

A partir da análise das respostas sobre a importância de boas práticas de higiene íntima relatadas pelas jovens universitárias

(Tabela 4), foi possível verificar que 139 (46,64%) participantes possuem o conhecimento acerca da importância de prevenir doenças ou infecções e 92 (30,87%) da importância para a saúde, enquanto 11 (3,69%) especificaram sobre evitar a proliferação de microorganismos, fungos e/ou bactérias, 4 (1,34%) sobre manter a microbiota equilibrada e 3 (1,00%) manter o pH equilibrado.

Além da importância das práticas sobre a saúde e bom funcionamento da genitália, outras respostas relacionaram a importância dessas práticas ao bem-estar (9,39%), conforto (4,02%), autoestima (3,69%), e boa vida sexual (1,00%), esse achado apoia um estudo qualitativo com 10.025 mulheres de 10 países diferentes, ao descobrir que as práticas de higiene vulvovaginal colaboravam para uma vida sexual satisfatória, por favorecer a confiança da mulher em relação à sua genitália, e assim demonstrando relação entre cuidados vulvovaginais, saúde física, sexual e bem-estar⁵.

Estudos anteriores apresentam outros fatores que podem afetar a autoimagem genital, os quais podem variar de acordo com a cultura e contexto social²⁰. Na Itália, a autoimagem genital negativa esteve mais relacionada ao odor genital do que ao tamanho e aparência nas mulheres entre 18 e 45 anos, e o desconforto sobre o odor genital foi considerado um obstáculo para estreitar relações com parceiros sexuais, levando ao uso frequente de bidê⁹. Enquanto nos Estados Unidos, os fatores de idade mais jovem e maior escolaridade estiveram mais associados à insatisfação genital, em uma amostra composta por 3.143 mulheres²¹.

Ao considerar o contexto do Brasil, o país encontra-se na segunda colocação mundial entre os países que mais realizam cirurgias estéticas, sendo os procedimentos na genitália feminina de grande procura e destaque²². A insatisfação estética sobre a genitália pode estar associada aos padrões estéticos reforçados pela mídia,⁹ aliada à falta de conhecimento do quanto a aparência da vulva pode variar, e o assunto ainda ser considerado um tabu⁸.

Dessa forma, uma conduta relevante para a promoção da saúde sexual de mulheres

por meio da melhora da autoimagem genital é a demonstração da grande variedades de vulvas existentes através de fotografias²³. Sendo outra alternativa possível, estudada em uma amostra de adolescentes entre 16 e 18 anos, a exposição de um vídeo educativo sobre a diversidade de genitálias e suas alterações ao longo da vida, que evidenciou aumentar o nível de satisfação com a aparência genital, além de reduzir a consideração de labioplastia²⁴.

Por fim, é visto que as mulheres buscam o bem-estar em relação à genitália, seja por condutas de autocuidado ou por procedimentos estéticos^{5,22}. Por isso, a discussão sobre cuidados íntimos deve ser estimulada durante a prática clínica, tendo em vista suas repercussões na saúde vulvovaginal e bem-estar. O presente estudo oferece um estímulo para novas pesquisas sobre o tema, considerando a necessidade das mulheres preservarem o prazer e satisfação com elas mesmas, assim como a proteção e promoção da saúde sexual.

CONCLUSÃO

Conclui-se que as mulheres jovens universitárias apresentam autoimagem genital relativamente positiva e alguns hábitos inadequados de higiene íntima.

Os hábitos de higiene íntima não interferiram significativamente sobre a autoimagem genital, porém hábitos inadequados sugerem relação com pior autoimagem genital.

Diante disso esta pesquisa possibilitou ampliar a compreensão sobre o impacto que os hábitos de higiene íntima exercem sobre a saúde da mulher, e assim confirmar sua importância no bem-estar feminino e qualidade de vida.

O presente estudo evidenciou que mesmo em uma população com acesso à informação em saúde existem práticas inadequadas de higiene, por isso, orientações sobre condutas adequadas para saúde genital não podem ser negligenciadas, ao contrário, os profissionais dessa área devem abordar o tema desde o primeiro nível de atenção à saúde.

A escassez de pesquisas anteriores

sobre hábitos de higiene íntima feminina pode ser apontada como uma limitação do estudo e, apesar da importância desse tema para a saúde da mulher, não existe um questionário validado para estudos nessa área, por isso, sugere-se para futuras pesquisas o desenvolvimento e validação de um questionário de higiene íntima para mulheres brasileiras, ao compreender que os hábitos de higiene diferem culturalmente, e assim padronizar resultados para pesquisas de qualidade.

REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial da Saúde. Developing sexual health programmes. Genebra: OMS; 2010 [acesso em 2022 Jul 19]. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-RHR-HRP-10.22>
2. Rosenbaum SDG, Sabbag SP. Questionamentos contemporâneos sobre a sexualidade feminina: considerações a respeito dos aspectos culturais, sociais, biológicos e emocionais. *International Journal of Health Management Review*. 2020; 6(1):1-12.
3. Damasceno AN, Riani PL, Flisch PC, Fonseca DF, Martins IL, Faria SC. Fisioterapia na saúde da mulher: acesso à informação para melhoria da sexualidade de mulheres jovens. *Revista Saúde Coletiva*. 2021; 11(69):8572-8576.
4. Benabe E, Fuentes Y, Roldan G, Ramos M, Pastrana M, Romaguera J. The perceptions of female genital self-image and its associations with female sexual distress. *Int J Gynaecol Obstet*. 2022 Apr;157(1):90-95.
5. Murina F, Graziottin A, Bagot O, Paney N, Thamkhantho M, Shaw SW. Real-World Practices and Attitudes Towards Intimate Self-Care: Results From An International Women's Survey. *Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction*. 2021 Jun; 50(10):102192.
6. Schmidt CN, Rowen TS. Female Genital Self-Image and Modification. *J Sex Med*. 2021 Dec; 18(12):1945-1949.
7. Vasconcelos PP, Souza RR, Santos WH, Ferro JK, Soares RR, Mendonça SS. Autoimagem Genital Negativa Como Preditora De Distúrbios Sexuais Em Mulheres: Possibilidades Fisioterapêuticas. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*. 2021; 32(2):63-73.
8. Komarnicky T, Skakoon-Sparling S, Milhausen RR, Breuer R. Genital Self-Image: Associations with Other Domains of Body Image and Sexual Response. *Journal of Sex and Marital Therapy*. 2019; 45(6):524-537.
9. DeMaria AL, Meier SJ, Dykstra C. "It's not perfect but it's mine": Genital self-image among women living in Italy. *Body Image*. 2019 Jun;29:140-148.
10. Arruda GT de, Silva EV da, Somavilla P, Oliveira MCR de, Braz MM. Escala de Autoimagem Genital Feminina (FGSIS): ponto de corte, confiabilidade e validação de propriedades de medida em mulheres brasileiras. *Fisioter Pesqui* [Internet]. 2023; 30:e22015823en.
11. Silva DA, Costa JL. A importância do sabonete íntimo feminino com foco na microbiota e nos estágios de vida da mulher. *Revista Acadêmica Oswaldo Cruz*. 2019; 6(23).
12. Felix TC, de Araújo LB, Röder DV, Pedroso RD. Evaluation of Vulvovaginitis and Hygiene Habits of Women Attended in Primary Health Care Units of the Family. *Int J Womens Health*. 2020 Jan 30; 12:49-57.
13. Murina F, Caimi C, Felice R, Francesco SD, Cetin I. Characterization of female intimate hygiene practices and vulvar health: A randomized double-blind controlled trial. *Journal of Cosmetic Dermatology*. 2020; 19(10):2721-2726.
14. Ding N, Batterman S, Park SK. Exposure to Volatile Organic Compounds and Use of Feminine Hygiene Products Among Reproductive-Aged Women in the United States. *J Womens Health (Larchmt)*. 2020 Jan; 29(1):65-73.

15. Gabriel IM, Vitonis AF, Welch WR, Titus L, Cramer DW. Douching, Talc Use, and Risk for Ovarian Cancer and Conditions Related to Genital Tract Inflammation. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 2019 Nov; 28(11):1835-1844.
16. Ministério da saúde (BR), Agência Nacional de Vigilância Sanitária, Diretoria Colegiada. Resolução N° 752, 19 Set 2022: definição, classificação, requisitos e parâmetros para a regularização de produtos de higiene pessoal, cosméticos e perfumes. Brasília; 2022.
17. Ruiz, C. Avaliação dos cuidados diários dos genitais femininos de médicas ginecologistas. [tese]. Campinas: FCM Unicamp/ Mestrado em Ciências da Saúde; 2014.
18. Piassarolli, VP. Higiene e cuidados com a genitália de mulheres na menacme: estudo de base-populacional. [tese]. FCM Unicamp/Doutorado em Ciências da Saúde; 2014.
19. Gao CJ, Wang F, Shen HM, Kannan K, Guo Y. Feminine Hygiene Products-A Neglected Source of Phthalate Exposure in Women. *Environ Sci Technol.* 2020 Jan 21;54(2):930-937.
20. Hilber AM, Hull TH, Preston-Whyte E, Bagnol B, Smit J, Wacharasin C, et al. A cross cultural study of vaginal practices and sexuality: Implications for sexual health. *Social Science and Medicine.* 2010 Feb; 70(3):392-400.
21. Rowen TS, Gaither TW, Shindel AW, Breyer BN. Characteristics of Genital Dissatisfaction Among a Nationally Representative Sample of U.S. Women. *Journal of Sexual Medicine.* 2018; 15(5):698-704.
22. Rohden, F. A divulgação da cirurgia íntima no Brasil: normas de gênero, dilemas e responsabilidades no campo da cirurgia plástica estética. *Cadernos de Saude Publica.* 2021; 37(12):1-14.
23. Laan E, Martoredjo DK, Hesselink S, Snijders N, Van Lunsen RH. Young women's genital self-image and effects of exposure to pictures of natural vulvas. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology.* 2017; 38(4):249-255.
24. Fernando AN, Sharp G. Genital Self-Image in Adolescent Girls: The Effectiveness of a Brief Educational Video. *Body Image.* 2020; 35:75-83.

Recebido em: 04.04.2022

Aprovado em: 13.0.2023