



Melasma além da pele: impacto psicossocial na qualidade de vida – uma revisão narrativa

Melasma beyond the skin: psychosocial impact on quality of life—a narrative review

DOI: <http://www.dx.doi.org/10.5935/scd1984-8773.2026180600>

RESUMO

Melasma is a chronic facial dermatosis that strongly affects mental health and self-esteem, especially among women, causing anxiety, depression, and frustration due to its visibility and recurrence. This narrative review analyzed publications from the last five years (PubMed, SciELO, LILACS, VHL) regarding the condition's psychosocial impact. The results indicate a prevalence of depressive symptoms of up to 43.4%. Therapeutic success is found to depend on an integrated and humanized approach, combining effective treatments (such as oral tranexamic acid and the triple topical formula) with psychological support, aiming not only for lesion clearance but also for the restoration of patients' quality of life.

Keywords: Melanosis; Mental Health; Psychosocial Impact; Dermatology

ABSTRACT

O melasma é uma dermatose facial crônica que com forte impacto na saúde mental e a autoestima, especialmente entre as mulheres, causando ansiedade, depressão e frustração devido à sua visibilidade e recorrência. Esta revisão narrativa analisou publicações dos últimos cinco anos (PubMed, SciELO, LILACS, BVS) sobre o impacto psicossocial da condição. Os resultados apontam prevalência de até 43,4% de sintomas depressivos. Observa-se que o sucesso terapêutico depende de uma abordagem integrada e humanizada, combinando tratamentos eficazes (como ácido tranexâmico e fórmula tripla) ao suporte psicológico, visando, além do clareamento das lesões, a restauração da qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave: Melanose; Saúde Mental; Impacto Psicossocial; Dermatologia

Artigo de Revisão

Autores:

Samyra Fernanda Santos Silva¹
Bruna Vitória da Silva²
Fernanda Pires Máximo³
Raquel de Oliveira Brito⁴
Viktória Oliveira Viana⁵
Gabriela Roncada Haddad⁶

- ¹ Universidade Nove de Julho (UNINOVE), Faculdade de Medicina, São Paulo (SP), Brasil
- ² Universidade de Mogi das Cruzes, Faculdade de Medicina, Mogi das Cruzes (SP), Brasil
- ³ Universidade de Taubaté (UNITAU), Faculdade de Medicina, Taubaté (SP), Brasil
- ⁴ UNIATENAS, Faculdade de Medicina, Paracatu (MG), Brasil
- ⁵ Centro Universitário das Américas (FAM), Faculdade de Medicina, São Paulo (SP), Brasil
- ⁶ Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho (UNESP), Faculdade de Medicina, Botucatu (SP), Brasil

Correspondência:

Gabriela Roncada Haddad
E-mail: gabriela.haddad@yahoo.com
gabriela.haddad@unesp.br

Fonte de financiamento: Não
Conflito de interesses: Não

É Ensaio Clínico? Não

Data de submissão: 27 de junho de 2026

Decisão final: 17 de agosto de 2026

Como citar este artigo:

Silva SF5, Silva BV, Máximo FP, Brito RO, Viana VO, Haddad GR. Melasma além da pele: impacto psicossocial na qualidade de vida – uma revisão narrativa. Surg Cosmet Dermatol. 2026;18(3):e20260600.



INTRODUÇÃO

O melasma é uma dermatose crônica, recidivante e de etiologia multifatorial, caracterizada por manchas hiperpigmentadas, geralmente simétricas, que acometem áreas fotoexpostas, especialmente a face. É mais prevalente em mulheres em idade fértil, sobretudo naquelas com fototipos de Fitzpatrick III a V, sendo os principais fatores desencadeantes a exposição solar, alterações hormonais, predisposição genética, uso de anticoncepcionais e algumas medicações fotossensibilizantes.¹

Apesar de ser uma condição dermatológica benigna, o melasma pode causar importantes repercussões emocionais, sociais e psicológicas. Estudos indicam que a visibilidade das lesões faciais compromete a autoestima, favorece o isolamento social e está associada a sintomas de ansiedade e depressão.^{2,3} Uma meta-análise recente observou prevalência de depressão de até 43,4% entre pacientes com melasma, especialmente em populações asiáticas e latino-americanas.³ A recorrência da doença, aliada à frustração com tratamentos ineficazes, contribui para o sofrimento emocional dos pacientes.²

Nesse contexto, torna-se fundamental que os profissionais de saúde adotem uma abordagem interdisciplinar, considerando tanto os aspectos clínicos quanto os psicossociais, promovendo uma assistência mais empática, integrativa e centrada no paciente.^{1,4}

OBJETIVO

Analisar o impacto psicossocial do melasma na vida dos pacientes, com ênfase nos aspectos emocionais e sociais relacionados à autoestima e à saúde mental, além de identificar estratégias terapêuticas que promovam melhora na qualidade de vida por meio de uma abordagem integrada e humanizada.

METODOLOGIA

Este estudo é uma revisão narrativa da literatura. Foram consultadas as bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e BVS. A estratégia de busca foi realizada utilizando os descritores em inglês “melasma”, “psychosocial impact”, “quality of life” e “mental health”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, da seguinte forma: (“melasma” AND “psychosocial impact”) AND (“quality of life” OR “mental health”).

Foram incluídos estudos publicados nos últimos cinco anos, com texto completo disponível, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem os impactos psicossociais do melasma e estratégias terapêuticas com abordagens integrativas. Como critérios de elegibilidade, foram incluídas revisões sistemáticas, revisões de literatura, ensaios clínicos, estudos observacionais (transversais e longitudinais), qualitativos ou quantitativos, além de diretrizes clínicas.

Foram excluídos relatos de caso, resumos simples ou expandidos, artigos sem acesso ao texto completo e publicações fora do período estabelecido.

RESULTADOS

Os estudos analisados demonstram que o melasma afeta predominantemente mulheres adultas, especialmente aquelas com fototipos mais elevados, histórico de exposição solar prolongada, uso de anticoncepcionais ou alterações hormonais.

Do ponto de vista psicossocial, evidenciou-se forte impacto negativo na autoestima, com relatos frequentes de vergonha, insegurança, sentimento de inferioridade e retração social. Além disso, pacientes relataram frustração com tratamentos ineficazes e sensação de desesperança diante da recorrência da condição.

Foram identificados índices de prevalência de depressão de até 43,4% entre pacientes com melasma, especialmente em populações asiáticas e latino-americanas.³ A avaliação dos sintomas emocionais foi realizada por meio de instrumentos validados, como o PHQ-9 (Patient Health Questionnaire), o HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale) e o SDS (Self-Rating Depression Scale de Zung), que demonstraram associação significativa entre melasma e sintomas de ansiedade e depressão.

Observou-se ainda que o impacto psicossocial não se correlaciona necessariamente com a extensão das lesões (índice MASI), mas sim com a percepção subjetiva do paciente sobre sua aparência. Além disso, intervenções que combinam tratamento clínico eficaz, como o uso de ácido tranexâmico oral e fórmula tripla tópica, com acompanhamento psicológico, demonstraram melhora significativa na autoestima e na qualidade de vida.^{1,4}

DISCUSSÃO

Os impactos do melasma vão além das alterações cutâneas, atingindo profundamente a esfera emocional e social dos pacientes. As lesões hiperpigmentadas localizadas na face, região central da identidade e da comunicação interpessoal, tornam-se fonte constante de constrangimento e julgamento estético.

Esse contexto favorece o desenvolvimento de baixa autoestima, ansiedade e depressão, conforme evidenciado em estudos nos quais pacientes relatam medo de exposição, autodepreciação e afastamento de interações sociais.² Esses achados são corroborados por estudos que demonstraram elevada prevalência de sintomas depressivos em pacientes com melasma, sobretudo em populações nas quais os padrões estéticos valorizam peles mais claras.³

A associação entre melasma e sofrimento emocional destaca a necessidade de que os profissionais de saúde não apenas tratem a alteração cutânea, mas também reconheçam e acolham o sofrimento subjetivo relacionado à condição. Nesse sentido, a integração entre terapias dermatológicas e suporte psicológico representa uma estratégia promissora.

O uso de ácido tranexâmico oral e da combinação tópica clássica demonstrou eficácia clínica e impacto positivo na autoestima.¹ Esses achados reforçam a importância da psicodermatologia no manejo do melasma.

CONCLUSÃO

Embora seja uma condição dermatológica benigna, o melasma exerce forte impacto sobre a autoestima, a vida social e a saúde mental dos pacientes, especialmente das mulheres. A literatura evidencia que a manifestação facial da doença compromete a qualidade de vida, favorecendo o desenvolvimento de ansiedade, depressão e isolamento social.

Diante disso, é fundamental que os profissionais de saúde adotem uma abordagem interdisciplinar, integrando o tra-

tamento dermatológico ao suporte psicológico e ao acolhimento empático. Promover uma medicina centrada na pessoa, que compreenda o sofrimento subjetivo do paciente, é essencial para garantir, além da melhora clínica, também o bem-estar emocional.

Conclui-se que o sucesso terapêutico não deve ser medido apenas pelo clareamento das lesões, mas também pela restauração da qualidade de vida e da funcionalidade social. ●

REFERÊNCIAS:

1. Doolan BJ, Gupta M. Melasma. Aust J Gen Pract. 2021;50(12):880-5.
2. Jiang J, Wang Y, Huang X. The effect of melasma on self-esteem: a pilot study. Int J Womens Dermatol. 2018;4(1):38-42.
3. Chen W. Prevalence of depression in melasma: a systematic review and meta-analysis. Front Psychiatry. 2024;14:1276906.
4. Sharma AN. The burden of melasma: race, ethnicity, and comorbidities. J Drugs Dermatol. 2024;23(8):691-3.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES:

Samyra Fernanda Santos Silva - ORCID [0009-0006-7981-5668](https://orcid.org/0009-0006-7981-5668)

Análise estatística, Aprovação da versão final do manuscrito, Concepção e planejamento do estudo, Elaboração e redação do manuscrito, Obtenção, análise e interpretação dos dados, Participação efetiva na orientação da pesquisa, Participação intelectual em conduta propedêutica e/ou terapêutica de casos estudados, Revisão crítica da literatura, Revisão crítica do manuscrito.

Bruna Vitória da Silva - ORCID [0000-0002-3056-8559](https://orcid.org/0000-0002-3056-8559)

Aprovação da versão final do manuscrito, Elaboração e redação do manuscrito, Revisão crítica da literatura, Revisão crítica do manuscrito.

Fernanda Pires Máxim - ORCID [0009-0009-5697-6743](https://orcid.org/0009-0009-5697-6743)

Análise estatística, Concepção e planejamento do estudo, Elaboração e redação do manuscrito, Obtenção, análise e interpretação dos dados, Participação efetiva na orientação da pesquisa, Participação intelectual em conduta propedêutica e/ou terapêutica de casos estudados, Revisão crítica da literatura.

Raquel de Oliveira Brito - ORCID [0000-0002-8806-357X](https://orcid.org/0000-0002-8806-357X)

Aprovação da versão final do manuscrito, Elaboração e redação do manuscrito, Revisão crítica da literatura, Revisão crítica do manuscrito.

Victória Oliveira Viana - ORCID [0009-0003-1583-6687](https://orcid.org/0009-0003-1583-6687)

Aprovação da versão final do manuscrito, Elaboração e redação do manuscrito, Revisão crítica da literatura, Revisão crítica do manuscrito.

Gabriela Roncada Haddad - ORCID [0000-0002-7516-9586](https://orcid.org/0000-0002-7516-9586)

Aprovação da versão final do manuscrito, Participação efetiva na orientação da pesquisa, Participação intelectual em conduta propedêutica e/ou terapêutica de casos estudados, Revisão crítica do manuscrito.