



Livro Digital

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

**Um guia da
PerfuMaria das Ervas
sobre cosmetologia
natural e caseira.**

@perfumariadaservas //
www.perfumariadaservas.com

Livro Digital

Cosméticos Naturais: Faça
você mesma!

**Um guia da PerfuMaria das Ervas
sobre cosmetologia natural e caseira.**

EDIÇÃO 2021

Feito com amor

Textos e receitas por
Franciele Rayane

Diagramação por
Marina Hädrich

@perfumariadaservas //
www.perfumariadaservas.com

Livro Digital //



Cosméticos Naturais: Faça você mesma!

A necessidade de reintegração com a Terra, aproxima-nos de uma rotina mais cuidadosa com o meio ambiente e com a saúde. Os cosméticos naturais são feitos com recursos oferecidos pela natureza para a limpeza integral do corpo, respeitando a vida humana, animal e vegetal.

O Livro “Cosméticos Naturais: Faça você mesma!”, produzido pela PerfuMaria das Ervas, apresenta alternativas para a higiene e manutenção da pele e do cabelo, utilizando ingredientes naturais e sugerindo práticas conscientes.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

PerfuMaria das Ervas



A PerfuMaria das Ervas é um projeto livre de estudo, pesquisa e fabricação de cosméticos naturais e produtos fitoterápicos.

Acreditamos em um modo de ser, fazer e viver sustentável, no bem estar integral do ser humano, no respeito a natureza e em ações pautadas na harmonia com o meio ambiente.

@perfumariadaservas

www.perfumariadaservas.com

perfumariadaservas@gmail.com

Livro Digital //

Olá,
Eu sou a Fran!

Estudiosa das plantas medicinais, das ervas aromáticas e das diversas espécies vegetais oferecidas pela natureza para a nutrição e saúde do corpo humano.

Desde a infância, os poderes curativos da natureza me encantavam, durante essa fase, tive pouco contato com a mata virgem.

Fui criada na cidade e não era hábito da minha família passear na natureza. Porém, alguns metros de terra no quintal das minhas avós foram suficientes para despertar uma amizade com o reino vegetal, provinda da silenciosa compreensão da nossa unidade com a Mãe Terra.

Tocar o barro, ver as flores, frutas e plantas nascendo e a vida dos pequenos bichos e insetos acontecendo era sinal de graça e magia.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

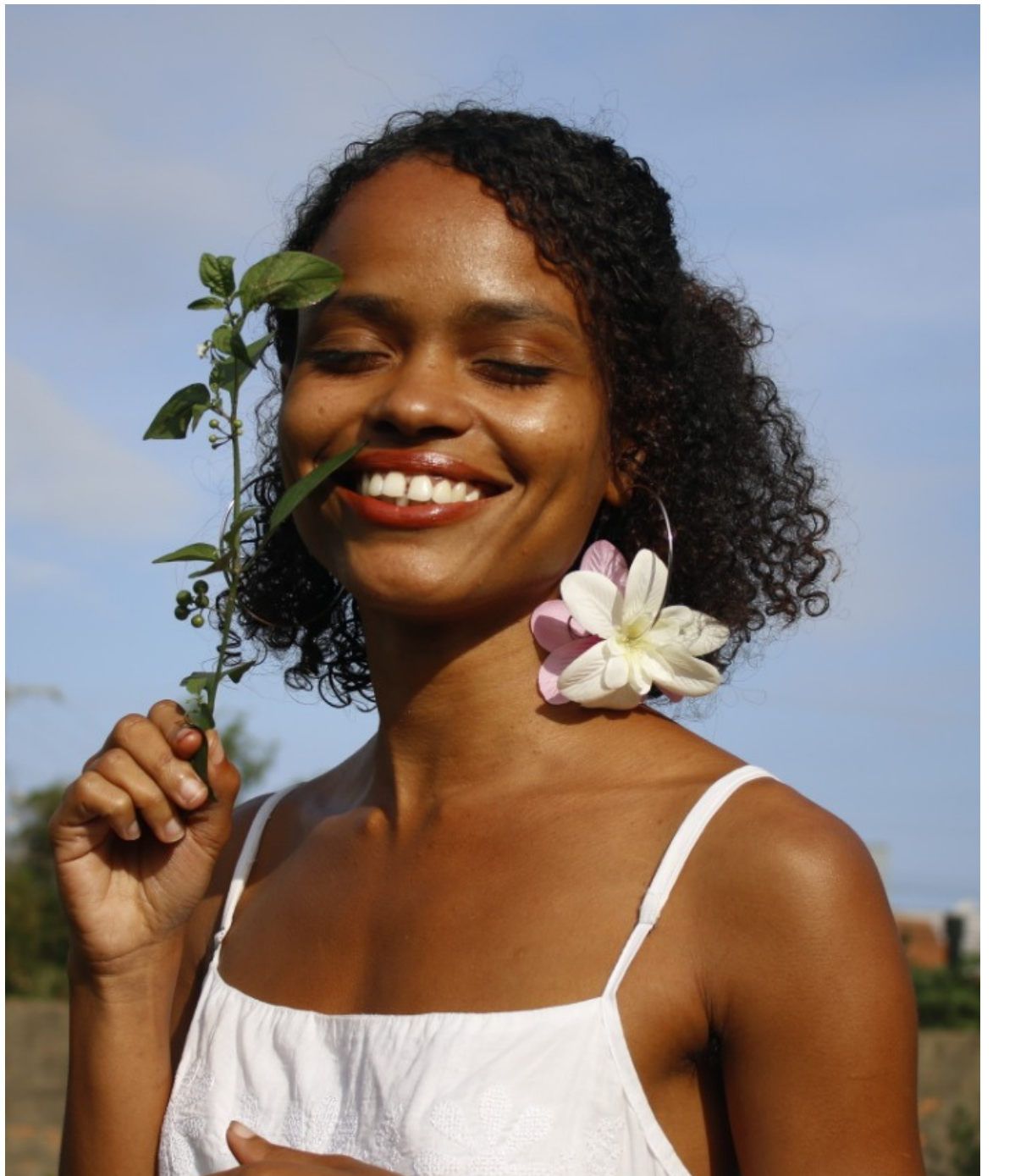


Franciele Rayane Rodrigues

Cosmetóloga natural com ênfase em plantas medicinais, escritora, artista plástica e idealizadora da PerfuMaria das Ervas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!



Cresci tratando gripe com chá de limão e mel, diarreia com folha de goiaba e dor de ouvido com folha de saião, mas não fui poupada de antibióticos e analgésicos. Com o passar do tempo, o uso de remédios foi tornando-se cada vez mais comum na nossa casa e o contato profundo com a natureza havia ficado no passado com a infância.

O mistério da terra e das folhas voltou a me cruzar no final da adolescência, quando o testemunho de curas “milagrosas” com medicinas naturais e uma maior presença nas florestas me impulsionaram a pesquisar sobre o que se passava entre o nosso corpo e a natureza.

Essa pesquisa me abriu várias portas, no sentido de ter uma maior consciência da relação com o meio ambiente, dela depende nossa saúde, nossa nutrição e a vida de todos seres que compartilham a existência conosco.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!



Sigo com o estudo das plantas desde então, a sabedoria em torno das alquimias vegetais é tão intuitiva quanto científica. Todos os dias aprendo novas coisas com a prática, e sinto que será sempre assim: um caminho sem fim, que encontra destino no próprio meio, cada novo aprendizado é uma chegada.

Todos os seres humanos podem e devem envolver-se com a cura e equilíbrio do corpo em algum nível. A natureza nos dá essa possibilidade, também através dos cosméticos naturais, é o que compartilho neste material.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ÍNDICE

Cap. 1 A pele é o manto do corpo pág 1

Cap. 2 Cosméticos Naturais e ancestralidade pág 4

Cap. 3 Cosméticos Naturais e cosméticos industrializados pág 5

Cap. 4 Fitoterapia aplicada á cosmética natural pág 7

4.1 Catálogo de plantas medicinais com ação dermatológicas pág 14

Cap. 5 Fabricação caseira de cosméticos naturais pág 24

5.1 Como montar um ateliê caseiro para produzir cosméticos naturais pág 26

5.2 Matérias primas pág 31

5.3 Conservação e validade pág. 86

5.4 Como medir o pH do seu cosmético pág. 87

Cap. 6 Fatores de risco da cosmética natural pág 91

Cap. 7 Receitas pág 92

7.1 Cremes e emulsões para a pele

7.2 Sabonetes

7.3 Produtos para o cabelo

7.4 Produtos para a pele do rosto

7.5 Desodorantes

7.6 Perfume

7.7 Saúde bucal

7.8 Óleos e pomadas

7.9 Batons e protetores labiais

Cap. 8 Advertencias!

Livro Digital //

capítulo 1

A pele é o manto do corpo

A pele:

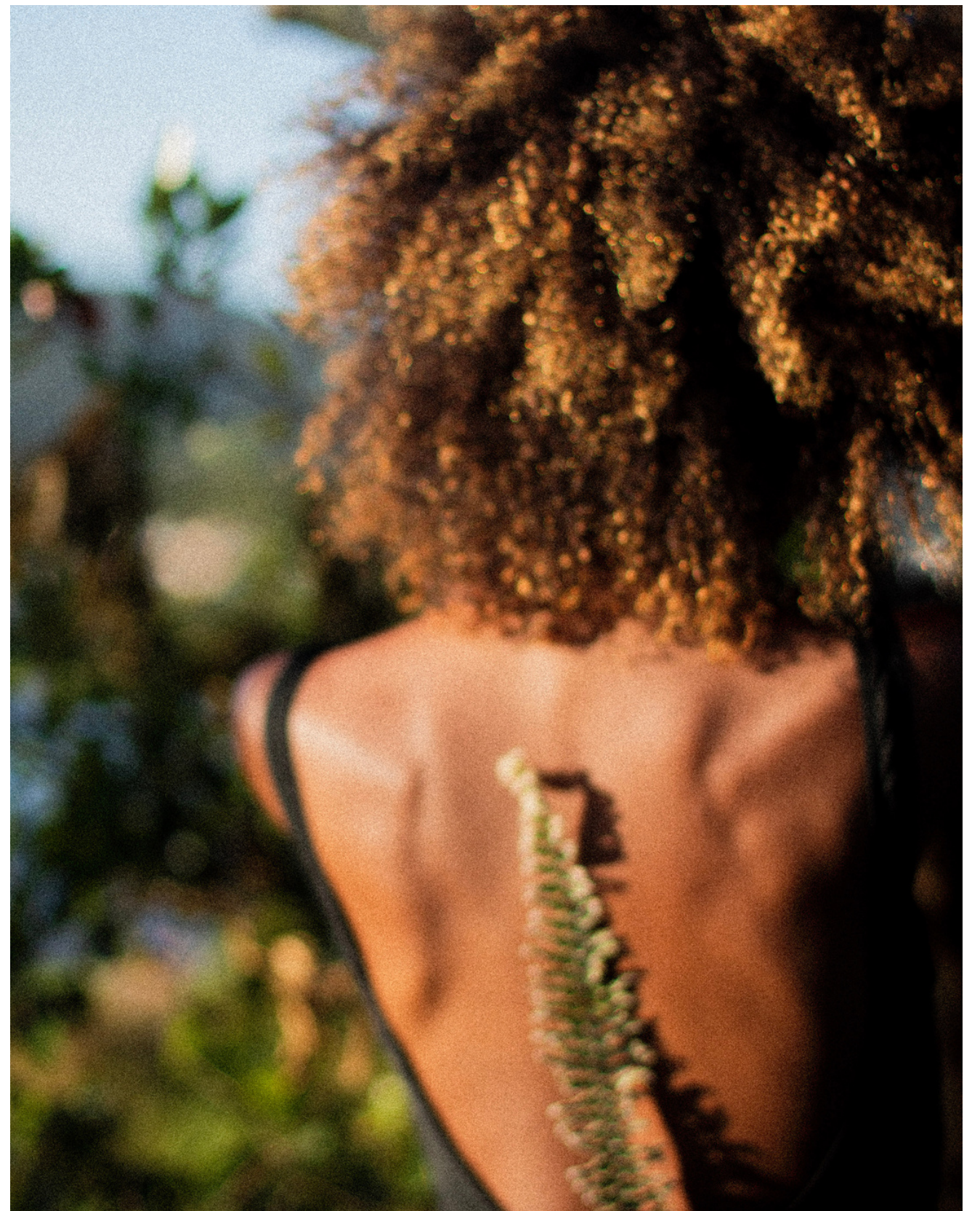
é o maior e mais importante órgão do corpo humano, ela abriga e protege todo o nosso conteúdo interno e é o manto que veste o ser no mundo.

é composta por três camadas: a *epiderme*, a *derme* e a *hipoderme* - elas fazem parte do sistema *tegumentar*, que também compreende os pelos e as unhas.

pode ser considerada uma grande boca - tudo o que entra em contato com ela vai para a corrente sanguínea e interage com o organismo, assim como um alimento consumido oralmente.

também é um órgão de excreção, é pela pele que grande parte dos resíduos do corpo são descartados.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!

A saúde da pele e a saúde do organismo em geral estão intimamente ligadas, o cuidado externo e o cuidado interno devem coexistir para a manutenção integral da saúde.

Uma pele bonita é uma pele saudável, para manter a saúde da pele é preciso que ela receba nutrição adequada, pois as camadas dérmicas dependem das vitaminas, sais minerais, aminoácidos e proteínas presentes em alimentos naturais. Uma alimentação equilibrada e preferencialmente orgânica, poderá produzir ótimos resultados na pele.

A pele possui complexas funções de defesa e está correlacionada com o nível de imunidade do corpo. Ela nos protege contra infecções e extremos de temperatura e torna possível a interação com o meio ambiente.

Um fato interessante sobre a pele é a sua íntima relação com o sistema nervoso, ambos originam-se do mesmo tecido embrionário, o ectoderma.

A pele abriga células de comando e terminações nervosas livres. Os estímulos cerebrais assimilados pelo sistema nervoso refletem seu conteúdo na saúde da pele.

Pensamentos e emoções afetam as camadas dérmicas, grande parte das doenças de pele iniciam-se no sistema nervoso. Quadros de depressão, ansiedade e estresse podem resultar em crise alérgica, dermatite, acne, quelóide e rosácea.

Outros causadores de doenças de pele, são produtos de beleza e de higiene industrializados, eles prejudicam as delicadas funções da pele e a deixam mais sensível aos danos externos.

Esses produtos desagregam as comunidades de microorganismos, que trabalham a favor a nossa saúde, afetam a camada de proteção da pele e são causadores de doenças.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

Pensando na pele como um órgão fundamental para a saúde física e emocional do ser humano, cosméticos naturais surgem como uma alternativa aliada do bem estar de cada indivíduo, eles atuam junto a pele e ao demais componentes do organismo, para manter um ambiente interno e externo favorável.

Conheça o curso completo:
"Skin care para a pele do rosto"
Acesse: www.perfumariadaservas.com/

Livro Digital //

capítulo 2

Cosmetologia Natural e Ancestralidade

O uso de matérias primas naturais para cumprir funções estéticas e tratar a higiene básica humana é muito antigo.

Os egípcios utilizavam uma mistura de óleos, sais alcalinos e ervas na pele.

Nosso atual sabonete é originado da mistura de fervura de cinzas e gordura praticada pelos babilônios, que viria a tornar-se nosso primeiro sabão.

Na Índia, as mulheres sempre usaram óleos vegetais para o fortalecimento, crescimento e umectação dos cabelos.

Temos ainda os banhos de folhas de origem indígena e iorubá, usados primordialmente para afastar males espirituais, mas com efeito direto na pele.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

capítulo 3

Cosméticos naturais e cosméticos industrializados

Os cosméticos naturais são produtos de higiene e de beleza elaborados a partir de ingredientes naturais e preferencialmente orgânicos, ou seja, itens que foram colhidos ou extraídos na natureza.

Essas matérias primas são encontradas nas folhas, sementes, cascas, raízes, galhos e solo. Temos como exemplo óleos essenciais, óleos e manteigas vegetais, argilas e outros extratos ou derivados de itens da natureza.

Com ingredientes naturais é possível preparar produtos de higiene e de beleza com qualidades dermatológicas e terapêuticas superiores aos cosméticos industrializados.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!

As matérias primas utilizadas na produção de cosméticos naturais podem cumprir muito mais do que o efeito dermatológico desejado. Elas nos auxiliam também em problemas físicos, emocionais e psicológicos, visto que são substâncias ricas em nutrientes e princípios ativos.

Esses compostos penetram primeiramente na pele, deixando-a mais protegida e potencializando a capacidade de regeneração das células, o que pode reduzir de forma significativa problemas relacionados a sensibilidade, acne, oleosidade, ressecamento, alergias e manchas.

Além disso, podemos contar com a atuação terapêutica das plantas medicinais, que auxiliam o sistema límbico na criação de estímulos benéficos aos fatores emocionais e psíquicos.

Os cosméticos industrializados estão ligados a uma série de doenças e desequilíbrios, que podem variar de problemas relativamente simples, como irritação cutânea, alergia e enxaqueca, até provocar câncer e doenças de origem cognitiva e degenerativa.

Os resíduos provocados pelos cosméticos industrializados são um desafio para a humanidade e a sobrevivência do planeta, tanto a embalagem quanto o conteúdo tóxico poluem de forma devastadora, prejudicando as águas, o solo e a vida de todos os seres vivos.

Resgatando os conhecimentos ancestrais e descobrindo os segredos da terra, os cosméticos naturais surgem como uma ótima iniciativa para cuidar da saúde do corpo em harmonia com a natureza.

Livro Digital //

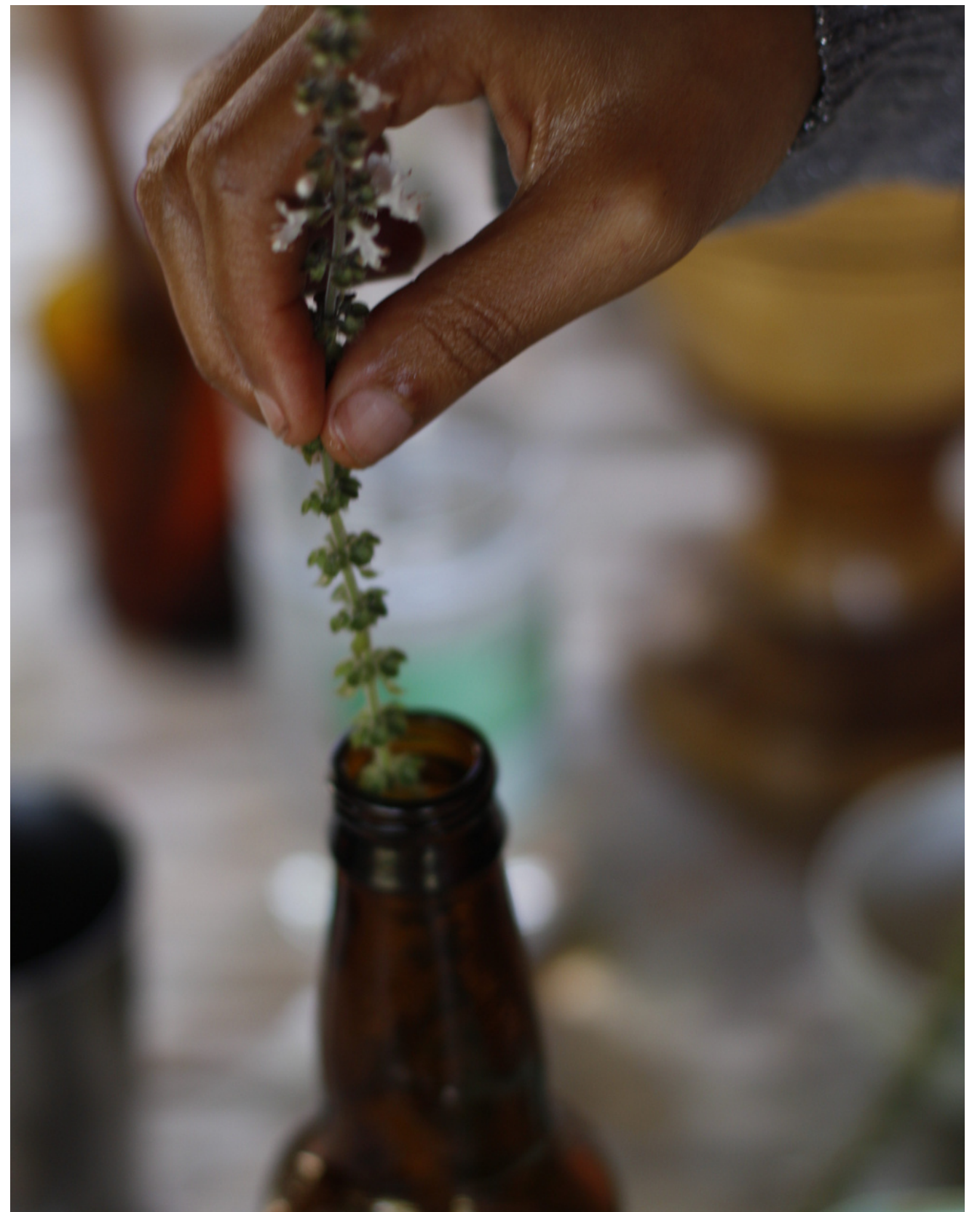
Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3.1

SUBSTITUINDO INGREDIENTES TÓXICOS POR MATÉRIAS PRIMAS NATURAIS

Produtos de beleza e de higiene industrializados são comumente encontrados nas prateleiras de farmácias e supermercados, muitos deles utilizam ingredientes considerados tóxicos, que causam reações alérgicas, expõem o organismo a doenças e geram resíduos nocivos ao meio ambiente.

Na Cosmetologia Natural, substituímos esses ingredientes agressivos e poluentes por matérias primas naturais, que cooperam com o organismo e com a natureza.



Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3.1.1

PARABENOS

No rótulo: Paraben, Methylparaben, Butylparaben, Propylparaben.

Parabenos são uma classe de produtos químicos utilizados em protetores solares, cremes, xampu, desodorantes e cremes dentais, com a finalidade de conservar e impedir a proliferação de bactérias.

Os *parabenos* estão associados a disfunções hormonais e câncer de mama e penetram no interior dos tecidos de forma cumulativa.

Substituição natural: Na cosmetologia natural, utilizamos conservantes menos agressivos, que são classificados como ingredientes seguros pelas certificadoras do cosméticos naturais, alguns deles são:

spectastrast, nipaguard e sorbato de potássio + benzoato de sódio.

3.1.2

ALUMÍNIO

No rótulo: Sulfato de amônio de alumínio; Hidróxido de alumínio; Silicato de alumínio.

O *alumínio* é um metal pesado tóxico presente em desodorantes antitranspirantes, que obstrui os poros da pele e impede a eliminação de toxinas pelas axilas.

O *alumínio* tem relação com o câncer de mama, doenças de origem degenerativa, problemas nos rins e nos ossos.

Substituição natural: Desodorantes naturais permitem o livre funcionamento das glândulas sudoríparas das axilas e controlam o odor, para o preparo desses usamos plantas como eucalipto, lavanda, melaleuca e hortelã, e outros ingredientes como óleos vegetais, dolomita e argilas.

Conheça o curso completo:

"Desodorantes Naturais: faça você mesma!"

Acesse : www.perfumariadaservas.com/desodorantes

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3.1.3

TRICLOSAN

No rótulo: Triclosano; 2,4,4'-trichloro-2-hydroxy diphenyl ether; 5-chloro-2- (2,4-dichlorophenoxy) – phenol.

O *Triclosan* é um agente bactericida, utilizado em produtos cosméticos como sabonetes, desodorantes, cremes dentais e loções corporais.

O uso prolongado de *triclosan* pode causar resistência a bactérias, alterações hormonais e reações alérgicas. Altamente nocivo a fauna e flora selvagem.

Substituição natural: Na cosmetologia natural, utilizamos conservantes menos agressivos, que são classificados como ingredientes seguros pelas certificadoras do cosméticos naturais, alguns deles são:

spectastrast, nipaguard e sorbato de potássio + benzoato de sódio.

3.1.4

SULFATO DE SÓDIO

No rótulo: Sodium laureth sulphate; Sodium lauryl sulphate.

Responsável pela espuma em produtos como xampus, sabonetes líquidos, espumas para banho e demaquilantes.

O *lauril* é um agente de limpeza agressivo, que estimula a produção de oleosidade pela pele e couro cabeludo devido a ação abrasiva. Pode gerar alergia, coceira, dermatite e danos ao fígado.

Substituição natural: Na cosmetologia natural, utilizamos surfactantes naturais, como *sodium coco sulfate* (scs), *sodium lauryl sulfoacetate* (slsa) e *sodium cocoyl isethionate* (sci).

Conheça nosso curso completo:

"Saboaria Artesanal Natural"

Acesse : www.perfumariadaservas.com/saboaria

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3.1.5

PROPILENOGLICOL

No rótulo: Propylene glycol.

O *propilenoglicol* é um tipo de álcool solvente com grande potencial alergênico encontrado na composição de xampus, sabonetes, loções corporais e géis.

Substituição natural: O *propilenoglicol* pode ser substituído por glicerina vegetal.

3.1.6

PETROLATOS

No rótulo: Petroleum, Petrolatum, Mineral Oil.

Petrolatos são produtos derivados de petróleo, que podem ser comercializados sob o nome de óleo mineral, parafina ou vaselina.

Petrolatos têm alto risco cancerígeno e criam uma camada superficial na pele, que impede a respiração dos tecidos e obstrui os poros.

Substituição natural: Os óleos vegetais e demais ingredientes constituídos de *ácidos graxos*, como manteigas e ceras vegetais, são altamente benéficos para a saúde da pele e facilitam processos de regeneração e hidratação. Ao contrário dos *petrolatos*, esses produtos graxos são muito bem absorvidos pelos tecidos e resultam em uma pele bem nutrida e macia.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3.1.7

CHUMBO

No rótulo: Lead acetate; PABA; Ácido aminobenzóico.

O *Chumbo* é um metal pesado usado comumente em batons e tintas de cabelo para pigmentação e fixação.

O *chumbo* é cancerígeno e prejudicial ao cérebro e sistema nervoso.

Substituição natural: Uma mistura de urucum e pigmentos minerais produz um belo batom, que pode variar do vermelho ao laranja. Os pigmentos minerais também oferecem outras possibilidade de cores como azul, verde, amarelo, dourado e rosa.

3.1.8

FRAGRÂNCIAS

No rótulo: Parfum; Parfum.

Fragrâncias artificiais podem ser compostas por até 2 mil substâncias tóxicas, sendo um dos compostos químicos mais problemáticos em cosméticos industrializados.

Podem causar enxaqueca, alergia, asma e disfunções hormonais.

Substituição natural: Os óleos essenciais são ingredientes naturais e absolutamente puros extraídos de plantas medicinais aromáticas, possuem ótimo odor natural e diversas propriedades benéficas à pele. São utilizados na cosmetologia por sua ação dermatológica e por suas características aromáticas, que substituem as fragrâncias artificiais.

Livro Digital //

capítulo 4

Fitoterapia aplicada à cosmética natural

A *fitoterapia* utiliza a química das plantas para produzir efeitos diretos no corpo físico, a palavra “*fito*” tem origem na palavra grega “*phyto*”, que significa planta.

As plantas podem ser usadas na cura e prevenção de doenças, alívio de sintomas e desequilíbrios. Tratamento de condições psíquicas e energéticas, propiciar relaxamento e melhorar o funcionamento geral do organismo.

As ações dermatológicas dos cosméticos naturais são devidas à utilização de plantas medicinais com ações regeneradoras, bactericidas, tônicas, emolientes, fortificantes, cicatrizantes, anti-inflamatórias e aromáticas.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!

As plantas nos devolvem a saúde e a beleza natural da pele, pois trabalham junto a ela, permitindo que o corpo faça sua parte, expelindo e limpando organismos invasores através do tecido *epidérmico*, o que reduz a ocorrência de acne, equilibra a função dos poros e das glândulas *sebáceas* e fortifica a membrana celular que reveste a pele, facilitando a regeneração e o rejuvenescimento.

A pele é um ótimo canal de absorção e é também um veículo adequado para a atuação dos remédios *fitoterápicos* no corpo.

Aplicando os compostos *herbáceos* diretamente na pele, podemos tratar dores locais, contusões, feridas e problemas relacionados ao sistema circulatório e nervoso, o que expande de forma significativa o campo de possibilidades e criação dos cosméticos naturais.

Ao utilizar produtos naturais na pele, podemos também nos valer das propriedades terapêuticas das plantas, que harmonizam os processos mentais e cognitivos, purificam o campo energético e equilibram as funções vitais responsáveis pelo nosso bem estar, possibilitando uma vida mais funcional e agradável.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1

CATÁLOGO DE PLANTAS MEDICINAIS COM AÇÃO DERMATOLÓGICA

No catálogo a seguir, apresento ervas e flores, que possuem propriedades significativas na saúde da pele. Podemos aplicá-las diretamente na pele na forma de banhos e cataplasmas, e nos produtos através de tinturas, oleatos, extratos glicerinados e óleos essenciais.



Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.1

ALECRIM

Nome científico: Rosmarinus Officinalis

O *Alecrim* é tônico, bactericida e antioxidante. Possui propriedades altamente relevantes para a saúde capilar, auxilia no crescimento de novos fios, fortalece o cabelo e reduz caspas. É anti inflamatório e vasodilatador, seus princípios ativos penetram facilmente na corrente sanguínea. Regenera a pele e previne o aparecimento de rugas.

Ingrediente útil para pomadas, cremes corporais, xampus e óleos capilares.

Contraindicações: O *alecrim* não deve ser consumido ou inalado por pessoas com pressão alta, grávidas e crianças menores de 3 anos.

4.1.2

ALFAZEMA

Nome científico: Lavandula angustifolia

A *alfazema* é um ótimo ingrediente para banhos medicinais e pomadas calmantes, por suas características terapêuticas e relaxantes. Possui ação cicatrizante, anti séptica, analgésica e tônica. Útil no alívio das dores, queimaduras, no tratamento de acne, sudorese e edemas.

Enriquece a composição de xampus, cremes e desodorantes.

Contraindicações: O uso da *alfazema*, mesmo tópico, não deve ser feito por pessoas que possuem hipersensibilidade ou alergia a planta.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.3

ARNICA

Nome científico: Lychnophora ericoides

A *arnica* é uma planta comumente utilizada na medicina popular para o tratamento de dores e contusões. A planta possui propriedades analgésicas, anti inflamatórias, cicatrizantes e antimicrobianas. Indicada em casos de coceiras, picadas de insetos, cortes, dores reumáticas, articulares e musculares.

Bom ingrediente para pomadas cicatrizantes e analgésicas e sabonetes antibacterianos.

Contraindicações: A *arnica* deve ser utilizada apenas na pele, pois seu uso interno causa problemas no fígado.

4.1.4

BABOSA

Nome científico: Aloe Vera

A *Babosa* é emoliente, cicatrizante e rica em vitaminas, aminoácidos, minerais, princípios ativos, nutre a pele e o couro cabeludo, hidrata, protege e fortalece o manto hidrolipídico. Suas folhas produzem um gel viscoso, que pode ser aplicado diretamente na pele ou nos cabelos e nas fórmulas de cremes, xampus, cremes dentais e finalizadores de cabelo.

Contraindicações: A ingestão oral da *Aloe vera* não é indicada, no entanto, seu uso tópico é altamente benéfico.

4.1.5

BARBATIMÃO

Nome científico: Stryphnodendron

O *Barbatimão* atua de forma eficaz na saúde sexual feminina, é um ótimo ingrediente para sabonetes íntimos, auxilia no tratamento de herpes, candidíase, corrimento vaginal e gonorreia.

Na pele, tem ação cicatrizante, antioxidante, antibacteriana e analgésica.

Contraindicações: O *Barbatimão* não deve ser utilizada para mulheres grávidas e lactantes e por pacientes com problemas graves no estômago, como úlceras ou câncer no estômago.

4.1.6

BARDANA

Nome científico: Arctium lappa

A raiz da *Bardana* fortalece cabelos enfraquecidos e auxilia na prevenção de doenças de pele. Útil no tratamento de micoses, psoríase e acne.

O extrato de *bardana* pode ser aplicado em xampus, cremes e pomadas bactericidas.

Contraindicações: A *Bardana* não é indicada para crianças menores de 12 anos e grávidas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.7

BOLDO

Nome científico: Peumus boldus

O *Boldo* aumenta o aspecto de vitalidade e saúde dos cabelos, fortalece os fios e auxilia no crescimento. Tem ação desodorante e bactericida.

Útil na formulação de xampus, tônicos capilares e desodorantes.

Contraindicações: O *boldo* não deve ser consumido por grávidas, lactantes, crianças menores de 12 anos e pacientes com histórico de hipersensibilidade e alergia a planta.

4.1.8

CALÊNDULA

Nome científico: Calendula Officinalis

A *Calêndula* é uma planta amplamente utilizada na Cosmetologia Natural por suas propriedades antioxidantes, anti inflamatórias, antifúngicas, tônicas, emolientes e cicatrizantes. Útil no tratamento de acne, assaduras de bebês, alergias, inflamações, dermatite, frieira, psoríase, fungos, herpes e candidíase.

A calêndula é um bom ingrediente para cremes faciais, pomadas para bebês e sabonetes para peles sensíveis.

Contraindicações: O uso interno da calêndula é contraindicado durante a gravidez, no entanto pode ser aplicada na pele.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.9

CAMOMILA

Nome científico: Matricaria Chamomilla

A *Camomila* é calmante, terapêutica e altamente benéfica para os cuidados com a pele. Seu chá frio pode ser aplicado em máscaras de argilas para reduzir manchas e desintoxicar a pele. No cabelo amacia os fios, reduz frizz e aumenta o brilho.

Um bom ingrediente para sabonetes infantis, loções pós banho, cremes corporais e sinergias sedativas.

Contraindicações: Não deve ser utilizada durante a gravidez e por pessoas com hipersensibilidade à planta.

4.1.10

CAVALINHA

Nome científico: Equisetum

A *cavalinha* é uma planta tônica para a pele e para o cabelo, o uso do seu chá como enxaguante auxilia no crescimento dos fios e produz um cabelo com mais brilho e vitalidade.

É rica em *silício*, estimula a produção de colágeno e prevenção de estrias.

Contraindicações: Não é indicada a ingestão oral por grávidas, lactantes e pessoas com hipertensão e hipotensão. O uso tópico é seguro.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.11

CÚRCUMA

Nome científico: Cúrcuma Longa

A *Cúrcuma* é um ingrediente com várias aplicações em procedimentos estéticos e é usada para isto há milênios. Através da *Ayurveda* os benefícios da planta ficaram mundialmente conhecidos e incluem ação anti inflamatória, antioxidante, antibacteriana e tem ação cicatrizante, antisséptica e anti alérgica.

Seu uso gradativo reduz os pelos do corpo, trata acnes e manchas, é um bom ingrediente para máscaras faciais e sabonetes.

Contraindicações: Não deve ser consumida por pessoas com alergia a *Cúrcuma*.

4.1.12

ERVA-DE-SÃO-JOÃO

Nome científico: Hypericum perforatum

A *Erva-de-são-joão* é popularmente conhecida por auxiliar no tratamento de depressão, para além disso a planta tem também grande eficácia na saúde da pele pois aumenta o potencial de regeneração, tem ação cicatrizante e alivia dores e coceiras locais.

Contraindicações: Não deve ser consumida por grávidas, mulheres que tomam antidepressivos e pessoas que tomam remédios contra HIV.

4.1.13

MALVA

Nome científico: *Pelargonium graveolens*

A *Malva* é uma planta extremamente cheirosa, com perfume inebriante e suave. Exerce ação adstringente na pele, equilibra a produção de suor do corpo e é refrescante.

Um bom ingrediente para produtos específicos para o tratamento da pele e para questões hormonais femininas.

Contraindicações: Não é recomendado para mulheres grávidas ou em fase de lactação.

4.1.14

MACELA

Nome científico: *Achyrocline satureioides*

A *Macela* é tônica e calmante, tem efeito clareador, iluminador e fortalecedor dos cabelos. Indicada para peles sensíveis, é antioxidante e revitalizante.

Um ótimo ingrediente para cremes, pomadas, condicionadores e máscaras faciais.

Contraindicações: Não é indicada durante a gravidez. Seu uso tópico é seguro.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

4.1.15

MANJERICÃO

Nome científico: Ocimum basilicum

O *Manjeriço* elimina caspas, fortalece cabelos fracos e danificados, atua na desobstrução dos poros da pele, reduz inflamações, alivia coceiras e previne o câncer de pele.

Pode ser usado na formulação de xampus, pomadas repelentes e finalizadores de cabelo.

Contraindicações: Deve ser usado em doses reduzidas durante a gravidez, em crianças com menos de 12 anos e em mulheres em fase de lactação.

4.1.16

SABUGUEIRO

Nome científico: Sambucus Nigra

O *Sabugueiro* é uma planta adstringente, antioxidante, antitérmica e anti inflamatória que protege as células e evita o envelhecimento precoce. Remove manchas, dores articulares, cicatrizes.

O *sabugueiro* pode ser utilizado na formulação de cremes faciais e máscaras rejuvenescedoras.

Contraindicações: O uso prolongado do *Sabugueiro* pode causar complicações gastrointestinais. Não deve ser utilizado durante a gravidez e por crianças menores de 6 anos. Seu uso tópico é seguro.

4.1.17

TANCHAGEM

Nome científico: Plantago major

A *Tanchagem* pode ser facilmente encontrada em jardins e beira de estradas. É um ótimo tratamento para cortes, feridas e inflamações na pele.

Suas folhas podem ser aplicadas diretamente na pele, é considerada um ingrediente relevante para sabonetes corporais, géis medicinais e pomadas.

Contraindicações: Não deve ser consumidas por grávidas, pessoas com problemas de coração.

Livro Digital //

capítulo 5

Fabricação caseira de cosméticos naturais

A possibilidade de preparar os próprios produtos de higiene de beleza em casa é uma das vantagens mais agradáveis dos cosméticos naturais.

Para quem gosta de colocar a mão na massa, os ingredientes naturais são uma ótima ferramenta criativa.

Com vontade, estudo e curiosidade, qualquer pessoa pode reproduzir e até mesmo criar novas fórmulas. Você pode começar com pequenas substituições e receitas fáceis.

O encantamento que é próprio do universo da cosmética natural, certamente te levará a querer praticar mais, e assim você aprende mais rápido.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

Cosméticos Naturais: Faça você mesma!

Formulações simples, mas altamente funcionais podem ser preparadas com óleos e manteigas vegetais, óleos essenciais, extratos fitoterápicos e argilas.

Com esses ingredientes é possível fazer cremes, sabonetes, xampus, desodorantes, pastas dentais, máscaras faciais e uma grande variedade de itens estéticos e dermatológicos, até mesmo maquiagens.

Há ainda matérias primas mais elaboradas para criar cosméticos naturais de alta performance e desempenho superior a cosméticos industrializados, como alguns tensoativos e ativos dermatológicos.

Para o aperfeiçoamento na fabricação de cosméticos naturais, é importante que a prática e a pesquisa nunca cessem, pois as possibilidades para a manipulação de matérias primas da natureza é infinita e a intimidade com o trabalho cria um vínculo intuitivo com o conhecimento, o que nos permite estar em estado constante de descobertas e inovação.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.1

COMO MONTAR UM ATELIÊ CASEIRO PARA PRODUZIR COSMÉTICOS NATURAIS?

O ambiente para produzir cosméticos pode ser um pequeno cômodo da sua casa com pia, ou mesmo, a sua cozinha, desde que separe os utensílios de cosmética e de alimentação.

Tenha atenção especial para a correta higienização do local. É preciso esterilizar as ferramentas, as mesas, bancadas e todo o ambiente.

Algumas recomendações:

- 1 - Limpe as bancadas com desinfetante natural e álcool em gel.
- 2- Ferva utensílios de vidro, madeira e inox.
- 3- Borrife um *spray* com 100ml de álcool 70° + 10 gotas de óleo essencial de melaleuca em todo o ambiente.
- 4- Utilize luvas, máscaras e certifique-se de sua higiene pessoal.



Livro Digital //

5.1.1

QUAIS OS UTENSÍLIOS NECESSÁRIOS?

Os utensílios para fabricar cosméticos devem ser usados apenas para isso, não é recomendado utilizar ferramentas da cozinha.

Escolha recipientes de vidro, cerâmica, *inox* e madeira.

O plástico é uma alternativa não tão saudável, devido aos resíduos de substâncias tóxicas liberadas por ele com o aquecimento ou com o tempo.

Materiais de alumínio não devem ser usados, pois o alumínio reage com os ingredientes e prejudica a atuação do produto.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

PANELAS DE CERÂMICA, VIDRO, INOX OU ESMALTADAS

As panelas para a confecção dos cosméticos devem ser de materiais não oxidáveis, como cerâmica, vidro, *inox* ou esmaltadas. Panelas de alumínio não podem ser usadas.

TIGELAS DE VIDRO, CERÂMICA OU PORCELANA

Para o manuseio e mistura de matérias primas, dê preferência às tigelas de vidro, cerâmica ou acrílico.

PILÃO

Um bom pilão de madeira facilita a produção de extratos de plantas medicinais, é um utensílio utilizado desde a antiguidade com este fim, inclusive tem grande significado simbólico e ritualístico nas religiões de matrizes africanas para o feitiço de remédios com folhas e do “pó de pamba”.

MIXER

O *mixer* é um aparelho eletrodoméstico utilizado para triturar e bater alimentos. Na cosmetologia natural, utilizamos o mixer para criar fórmulas homogêneas e para facilitar as emulsões.

FOGAREIRO ELÉCTRICO

O fogareiro elétrico é opcional, no entanto, facilita a produção dos cosméticos e permite que você crie um espaço para trabalhar longe da cozinha.

Com um fogareiro elétrico, você pode ajustar a temperatura e obter um maior desempenho nas receitas que não podem chegar a temperaturas altas para que não se percam os princípios ativos e a eficácia dos ingredientes.

As demais alternativas são os fogões convencionais de cozinha e fogão a lenha.

Com um fogareiro elétrico, você pode ajustar a temperatura e obter um maior desempenho nas receitas que não podem chegar a temperaturas altas para que não se percam os princípios ativos e a eficácia dos ingredientes.

As demais alternativas são os fogões convencionais de cozinha e fogão a lenha.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

BALANÇA DE PRECISÃO

A balança é um item essencial na Cosmetologia Natural, todos os ingredientes devem ser precisamente pesados para o sucesso das receitas, que geralmente possuem dosagens muito específicas.

TERMÔMETRO

Um termômetro é importante para o controle de temperatura. Temperaturas altas aceleram reações químicas e ocasionam mudanças em princípios ativos, textura, aparência, aroma e cor do produto. A temperatura para fabricação dos produtos não deve passar de 80° graus.

ESPÁTULA

Para aproveitar o máximo das receitas, você pode utilizar uma espátula de silicone (também conhecida como pão duro), que facilita a retirada dos resíduos das vasilhas e panelas.

MEDIDOR DE PH (PHMETRO)

Medir o PH de cosméticos naturais é de fundamental importância para garantir a segurança do produto. A medição do pH nos cosméticos pode ser feita através de um pH metro digital ou das fitas indicadoras, encontradas em lojas de produtos farmacêuticos.

OUTROS UTENSÍLIOS:

Colheres de vidro ou madeira

Ralador

Panos de prato

Seringa

Jarra de bico

Peneira e funil

Formas de silicone ou madeira

EMBALAGENS

As embalagens devem ser de origem sustentável e descarte não agressivo ao meio ambiente. Vidros retornáveis, papel e até opções mais rústicas como folhas de bananeira seca ou bambu são as escolhas mais conscientes.

O plástico surge novamente como uma opção não viável pelo grande impacto ambiental causado pelo mesmo.

Livro Digital //

5.2

MATÉRIAS PRIMAS

A escolha de matérias para a fabricação de cosméticos naturais deve pautar-se na demanda pessoal.

Ingredientes naturais atuam de forma eficaz e potente em problemas capilares e dermatológicos específicos e possuem ações terapêuticas, que beneficiam o estilo de vida e a saúde de cada indivíduo.

Além das características e propriedades relativas a atuação da substância na pele e no corpo, também é preciso avaliar a qualidade e procedência do ingrediente.

Adquirir a matéria prima adequada é a parte mais importante da fabricação de cosméticos. Isto porque a qualidade dos constituintes irá afetar diretamente o resultado do produto final.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



5.2.1

VEJA ALGUNS CRITÉRIOS IMPORTANTES QUE VOCÊ DEVE AVALIAR NA HORA COMPRA:

1. *Verifique o INCI NAME (Nomenclatura Internacional de Ingredientes Cosméticos) da matéria prima.*

O *INCI* é um padrão internacional para nomear matérias primas de produtos cosméticos. Ao verificar o *INCI* da matéria prima, você garante que está comprando o ingrediente correto e poderá ter acesso a demais informações sobre a substância. Isso se torna ainda mais importante se você pretende comercializar o produto.

2. *Prefira fornecedores que disponibilizam o laudo técnico.*

O laudo técnico é uma análise química que indica as substâncias contidas em uma matéria prima e pode determinar a pureza do produto. Prefira empresas que disponibilizam este laudo para garantir a procedência dos ingredientes.

3. *Consuma de produtores locais.*

O ato de fazer cosméticos biodegradáveis, também deve envolver uma cadeia de escolhas ecológicas e sociais, ao comprar de produtores locais, você fortalece a economia regional e familiar e contribui com um panorama mais justo e sustentável para a sociedade.

4. *Prefira matérias primas orgânicas.*

Ingredientes orgânicos são livres de agrotóxicos e podem ser cultivados de forma menos agressiva para o meio ambiente. Ao utilizar matérias primas orgânicas, você terá um produto mais eficaz e saudável, já que as propriedades desses ingredientes tendem a se manter inalteradas.

5. *Verifique a validade.*

Escolha matérias primas com um maior prazo de validade, pois isso também será determinante para a vida útil do seu produto.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2

QUAIS SÃO AS MATÉRIAS PRIMAS DISPONÍVEIS PARA A FABRICAÇÃO DO SEU COSMÉTICO?

A seguir, apresento um catálogo completo das matérias primas que poderão ser utilizadas na confecção do seu produto natural.



5.2.2.1

Óleos vegetais

Os óleos vegetais são gorduras naturais extraídas das sementes, grãos, cascas e raízes. Os óleos possuem uma característica química apolar, sua formação se dá através de ácidos graxos e glicerol não solúveis em água.

Os ácidos graxos presentes nos óleos vegetais são absorvidos pela pele com facilidade, atuam na composição tecidos e da membrana celular, metabolizam hormônios, dentre múltiplos benefícios ao nosso corpo.

A aplicação diária de óleos vegetais na pele ou ingestão alimentar são práticas altamente benéficas para a saúde física e dermatológica. Esses óleos exercem papel fundamental no sistema imunológico, na preservação de calor do corpo e auxiliam na proteção dos órgãos internos.

Os óleos vegetais constituem a base da maioria dos cosméticos naturais. Com eles, fazemos cremes, xampus e sabonetes e também podem ser aplicados diretamente na pele e no cabelo.

Os óleos vegetais comumente utilizados na cosmetologia natural são ricos em nutrientes e funções para o corpo.

É o caso do óleo de coco, que possui qualidades antimicrobiana, anti inflamatória e rejuvenescedora. O óleo de andiroba, que é cicatrizante e trata celulites. O óleo de buriti, que é vermífugo e pode ser usado em caso de queimaduras e picadas e do óleo de oliva, que fortalece e revitaliza peles sensíveis.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

Devido a grande diversidade de materiais dos quais podem ser extraídos óleos vegetais, existe uma variedade de técnicas de extração. No mercado de óleos para consumo humano, encontramos duas extrações recorrentes:

1 - O processo de **prensagem a frio** caracteriza um óleo virgem e de extrema qualidade. Do ponto de vista ambiental, é o método que causa menor impacto, porque não utiliza e não gera produtos e resíduos tóxicos.

2 - O processo de **extração com solvente** resulta em um óleo refinado e pobre em propriedades ativas. A extração com solvente é mais vantajosa do ponto de vista econômico, pois pode-se obter uma quantidade maior de óleo e é de maior eficiência na extração de matérias primas com alto grau de resistência, porém se torna prejudicial ao meio ambiente, com a geração de resíduos tóxicos que desequilibram o ecossistema.

*Dosagens indicadas para os
óleos vegetais nas formulações:
2-99%*

ÓLEO DE ABACATE

INCI Name: Persea Gratissima (Avocado) Oil

O óleo de abacate penetra fundo nos tecidos e deixa a pele macia, calma e nutrida. É fonte de diversas vitaminas e aminoácidos, apresenta absorção de raios ultravioleta e elimina linhas prematuras e sinais de envelhecimento, também é indicado para eczemas, coceiras e psoríase.

Indicações de uso: Cremes corporais e faciais diurnos, óleos de massagem, xampus e condicionadores para cabelos secos.

ÓLEO DE AMÊNDOAS

INCI NAME: Prunus Amydalus Dulcis Oil

O óleo de amêndoas é um óleo suave e propício para peles sensíveis e infantis. É rico em vitaminas A e B e seu alto poder penetrante amacia e nutre a pele com facilidade.

Indicações de uso: Oleatos, pomadas, cremes para os pés e mãos e reparador de pontas para o cabelo.

ÓLEO DE ANDIROBA

INCI NAME: Carapa Guaianensis Seed Oil

O óleo de andiroba é anti-inflamatório, regenerador, emoliente e cicatrizante. Protege a pele de insetos e suaviza picadas e coceiras. Pode ser usado para tratar problemas no couro cabeludo e favorece o crescimento dos fios.

Indicações de uso: Óleo de massagem, emulsões corporais, pomadas para picadas de insetos e cremes para tratamento dermatológico.

ÓLEO DE AÇAÍ

INCI NAME: Euterpe Oleracea Fruit Oil

O óleo de açaí promove o equilíbrio da pele, combate radicais livres e acelera processos de cicatrização. É rico em antocianinas, substância antioxidante que regenera e protege a pele. Deixa um aspecto saudável e macio em peles secas e sem viço.

Indicações de uso: Loções de limpeza, cremes medicinais, sérums para peles secas, óleo para umectação capilar e sabonetes faciais.

ÓLEO DE BURITI

INCI NAME: Mauritia flexuosa Fruit Oil

O Buriti é considerado a árvore da vida e é sagrado para algumas populações indígenas. Seu óleo tem expressiva ação antioxidante e estimula a vitalidade da pele, protege peles ressecadas e sensíveis dos danos causados pela alta exposição solar.

Indicações de uso: Tônicos capilares para crescimento e fortalecimento, reparador de pontas, cremes pré e pós sol e emulsões faciais.

ÓLEO DE COCO

INCI Name

ÓLEO DE COCO NUCIFERA - Cocos Nucifera Oil

ÓLEO DE COCO BABAÇU - Orbignya Oleifera Seed Oil

ÓLEO DE COCO PALMISTE - Elaeis Guineensis Palm Kernel Oil

ÓLEO DE COCO LICURI - Syagrus coronata Seed Oil

O óleo de coco, em todas as suas variedades (nucifera, babaçu, licuri e palmiste), tem propriedades fungicidas e regenerativas, é um ótimo agente de limpeza. Pode ser aplicado em cremes dentais e desodorantes e sua textura densa, o torna um ótimo ingrediente para a saboaria artesanal.

Indicações de uso: Produtos sólidos, cremes dentais, sabonetes, pomadas medicinais e produtos refrescantes/pós sol.

ÓLEO DE COPAÍBA

INCI NAME: Balsam Copaiba (Copaifera Officinalis) Oil

O óleo de copaíba é uma poderosa resina medicinal, rico em princípios ativos com ação germicida, cicatrizante e anti-inflamatória. Indicado para o tratamento de micoses, acne, caspas e seborreia. Funciona como um bom fixador de fragrâncias em perfumes.

Indicações de uso: Fixador de perfumes florais, pomadas cicatrizantes, xampus para cabelos oleosos e sabonetes de limpeza corporal.

ÓLEO DE GIRASSOL

INCI NAME: Helianthus Annus (Sunflower) Seed Oil

O óleo de girassol é rico em vitamina E, possui ativos rejuvenescedores, pode ser usado em todos os tipos de pele e nas mais variadas formulações.

Indicações de uso: Oleatos, pomadas medicinais, cremes e formulações infantis e produtos faciais para peles sensíveis.

ÓLEO DE GERGELIM

INCI NAME: Sesamum Indicum (Sesame) Seed Oil

O óleo de gergelim é composto de muitas vitaminas e possui propriedades anti-inflamatórias e cicatrizantes. É um óleo quente, que estimula a vitalidade e o funcionamento do corpo.

Indicações de uso: Cremes corporais para rachaduras e ferimentos, óleo de massagem e produtos afrodisíacos.

ÓLEO DE LINHAÇA

INCI NAME: Linum Usitatissimum Seed Oil

O óleo de linhaça é rico em ômega 3, previne o envelhecimento precoce e reduz inflamações no corpo e no couro cabeludo. Protege os cabelos e devolve a maciez dos fios.

Indicações de uso: Cremes faciais, sabonete para pele sensível, óleo corporal noturno e pomadas medicinais para os ciclos femininos.

ÓLEO DE JOJOBA

INCI NAME: Simmondsia Chinensis (Jojoba) Seed Oil

O óleo de jojoba fornece maciez aveludada e pode ser usado no tratamento de peles oleosas e acnes. Um ótimo ingrediente para xampus, é eficaz no tratamento de caspas, na limpeza dos fios e auxilia no crescimento.

Indicações de uso: Xampus sólidos, produtos para peles sensíveis, sérums faciais, tônicos capilares e condicionadores.

ÓLEO DE MARACUJÁ

INCI NAME: Passiflora Edulis Seed Oil

O óleo de maracujá apresenta rica composição de ácidos graxos, auxiliando na restauração da camada lipídica da pele, conferindo emoliência através da formação de um filme, deixando a pele macia.

Indicações de uso: Bálsamos labiais, sérums para peles oleosas, produtos para bebês e sabonetes faciais.

ÓLEO DE OLIVA

INCI NAME: Olea Europeae (Olive) Fruit Oil

O óleo ou azeite de oliva produz um dos melhores sabonetes para peles sensíveis, conhecido como Sabão Castela, fabricado em várias partes do mundo e procurado por sua ação revitalizadora, emoliente e efeito suave.

Indicações de uso: Sabonetes para peles ressecadas e sensíveis, oleatos, condicionadores para cabelos secos e desnutridos.

ÓLEO DE SEMENTE DE UVA

INCI NAME: Vitis Vinifera (Grape) Seed Oil

O óleo de semente de uva é um dos melhores óleos para a pele do rosto. É absorvido rapidamente, tem propriedades levemente adstringentes e ajuda a tonificar a pele. Emoliente, regenerador celular e revitalizante. Recomendado para formulações infantis.

Indicações de uso: Sérums para peles secas, pomadas infantis, creme facial para noite e finalizadores de cabelo.

ÓLEO DE ROSA MOSQUETA

INCI NAME: Rosa Aff Rubiginosa Oil / Rosa Canina Fruit Oil

O óleo de rosa mosqueta é regenerador dos tecidos, suaviza cicatrizes e ajuda a conservar a textura da pele. É indicado para tratamento de queimaduras, quelóide, rosácea, psoríase e dermatite. Previne manchas, estrias e linhas de expressão.

Indicações de uso: Loções corporais, pomadas medicinais para tratamento dermatológico e cremes para massagens estéticas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.2

Manteigas vegetais

As manteigas vegetais são substâncias lipídicas compostas por ácidos graxos e glicerol, assim como os óleos vegetais. As manteigas são mais sólidas e possuem mais gordura, portanto, são mais pesadas que os óleos e ótimas para a preparação de sabonetes, cremes, condicionadores e xampus, elas adicionam consistência e aumentam o fator de emoliência do produto.

*Dosagens indicadas para as
manteigas vegetais nas formulações:
2-75%*

MANTEIGA DE CACAU

INCI NAME: Theobroma Cacao Seed Butter

A manteiga de cacau tem propriedades emolientes, antioxidantes e nutritivas, que evitam a perda de água da pele. Recupera a oleosidade do tecido perdida durante o ressecamento causado por exposições ao sol ou frio excessivo. Também é capaz de regenerar a fibra capilar deixando-a macia e maleável.

Indicações de uso: Bálsamos labiais, batons, cosméticos sólidos, cremes para pés e mãos e produtos para pele seca.

MANTEIGA DE CUPUAÇU

INCI NAME: Theobroma Grandiflorum Seed Butter

É um potente emoliente com extrema capacidade de absorção de água, possibilitando a retenção da umidade, o que proporciona elasticidade natural em peles secas. Para os cabelos, é umectante e protege os fios. Promove suavidade e maciez aos cabelos, favorecendo os cabelos quebradiços e /ou danificados.

Indicações de uso: Hidratantes corporais, óleos de banho, condicionadores e xampus para cabelos danificados e cremes pós sol.

MANTEIGA DE KARITÉ

INCI NAME: Butyrospermim Parkii (Shea) Butter

A manteiga de karité é rica em vitamina A, trata peles secas e cabelos extremamente ressecados ou porosos, devolvendo-lhes a elasticidade e o brilho. Contém propriedades cicatrizantes, que promovem a cura para eczemas, feridas, cortes, queimaduras e picadas de insetos. Previne estrias, rugas e linhas de expressão.

Indicações de uso: Produtos para peles sensíveis, cremes para a área dos olhos, sabonetes faciais e xampus para cabelos secos.

MANTEIGA MANGA

INCI NAME: Mangifera Indica (Mango) Seed Butter

Exerce ação emoliente e nutritiva, deixando a pele mais saudável e com o toque macio. Auxilia cabelos ressecados, fortifica e alimenta a raiz. Protege pelas secas contra a perda de água e deixa um aspecto macio e aveludado, quando incorporada a emulsões.

Indicações de uso: Condicionadores, finalizadores, cremes de proteção para peles secas e loções faciais.

MANTEIGA DE MURUMURU:

INCI NAME: Astrocaryum Murumuru Seed Butter

Esta manteiga amazônica é rica em vitamina A e é anti-inflamatória e emoliente. Auxilia em casos de psoríase, acne e eczema. Também ajuda a regular o equilíbrio hídrico e a atividade dos lipídeos na pele.

Indicações de uso: Cremes de pentear, pomadas para peles sensíveis, cremes para rachaduras e condicionadores para cabelos secos.

MANTEIGA DE UCUUBA

INCI NAME: Virola Surinamensis Seed Butter

A manteiga de ucuuba é rica em fitoativos, penetra na pele com facilidade e tem um ótimo poder de revitalização para peles secas. É cicatrizante e repara danos no couro cabeludo, fortalece os cabelos e auxilia no crescimentos dos fios.

Indicações de uso: Emulsões para a pele, pomadas cicatrizantes, máscara para reparação capilar e sabonetes para uso geral.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.3

Ceras vegetais

Na cosmética natural, utilizamos cera carnaúba, candelila e cera de arroz.

As ceras são solúveis em óleo vegetal e possuem uma consistência altamente densa, o que favorece o endurecimento da formulação, principalmente em temperaturas mais frias e possibilita a fabricação de produtos sólidos.

*Dosagens indicadas para as
ceras vegetais nas formulações:
2-40%*

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

CERA CANDELILLA

INCI NAME: Euphorbia cerifera (Candelilla) Wax

A cera candelilla é uma cera de obtida das folhas do arbusto de Candelila, é significativamente resinosa e protege a pele.

Indicações de uso: Pomadas, batons, *balms* e produtos sólidos em geral.

CERA CARNAÚBA

INCI NAME: Copernicia Cerifera (Carnauba) Wax

A cera carnaúba é extraída da palmeira Copernicia Cerifera e é uma ótima opção para substituir a cera de abelha em formulações veganas.

Indicações de uso: Pomadas, batons, *balms* e produtos sólidos em geral.

CERA DE ARROZ

INCI NAME: Oryza sativa (rice) bran wax

A cera de arroz é obtida através da prensagem do óleo de arroz, apresenta ótima dureza e estabilidade. Uma alternativa sustentável e de alta performance para substituir a cera carnaúba e cera candelila nas formulações.

Indicações de uso: Pomadas, batons, *balms* e produtos sólidos em geral.

5.2.2.4

Óleos essenciais

O óleo essencial é um líquido volátil encontrado no interior das plantas, geralmente nas folhas, cascas e flores. São os extratos vegetais mais puros utilizados nos cosméticos naturais.

O óleo essencial é extraído para consumo humano através da prensagem, arraste a vapor e outros métodos.

Para a produção de uma pequena quantidade de óleo essencial, são necessários quilos ou toneladas de matéria prima, dessa forma, os óleos essenciais são produtos de grande valor medicinal e aromático.

Nos óleos essenciais estão contidos o aroma e as propriedades medicinais mais relevantes das plantas, seus princípios ativos interagem com os principais sistemas do corpo humano, através da inalação, ingestão e do contato com a pele.

A nível dermatológico, os óleos essenciais são excelentes substâncias para os cosméticos naturais. Neles encontramos a cura ou auxílio para uma variedade de problemas de pele.

A característica aromática dos óleos essenciais permite a substituição de essências artificiais de grande potencial alergênico. O cheiro dos óleos essenciais é marcante e agradável, e propícia saúde e equilíbrio para todo o corpo.

A aromaterapia é uma terapia que utiliza a fragrância dos óleos essenciais como base para tratamentos físicos e psicológicos.

Os aromas são facilmente captados pelos receptores do cérebro, o que faz com que o simples contato com o cheiro da planta seja suficiente para a atuação terapêutica e medicinal da mesma no corpo e na mente.

5.2.2.4.1

CUIDADOS COM O USO DE ÓLEOS ESSENCIAIS

Óleos essenciais são substâncias com alto grau de pureza, e em grandes quantidades podem se tornar tóxicos. A diferença entre o remédio e o veneno é a dose.

Nunca devemos aplicar óleos essenciais diretamente na pele. Eles precisam ser diluídos em óleo vegetal e bases para cosméticos.

A diluição segura de óleos essenciais nas fórmulas é de 1%, ou seja, 1g (equivale a 32 gotas) para 100g de base cosmética ou óleo carreador.

Óleos essenciais quentes como cravo, aroeira, tomilho, gengibre e canela podem causar irritação na pele e exigem a diluição máxima de 0,5%, ou seja, 16 gotas para 100g.

Faça o uso consciente de óleos essenciais, pois são matérias primas de alto custo para a natureza.

Alguns óleos essenciais não devem ser usados durante a gravidez, mediante condições de saúde específicas e em crianças menores de 7 anos.

Verifique sempre as contraindicações do seu óleo essencial com o fornecedor antes de utilizá-lo em alguma das circunstâncias descritas acima.

Nunca utiliza óleos essenciais cítricos, como limão, laranja e bergamota antes de se expor ao sol, pois há risco de queimadura grave.

O INCI NAME dos óleos essenciais poderá variar de acordo com a espécie vegetal utilizada na extração do material, verifique a nomenclatura correta com o fornecedor.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ALECRIM

Atua como dilatador dos vasos sanguíneos e potencializa o efeito de outros óleos. É estimulante e trabalha a revitalização dos tecidos, retenção hídrica na pele e acne. Para o cabelo, é um ótimo tônico e fortificante.

Indicações de uso: Tônicos capilares, xampus para crescimento do cabelo, sérums para peles oleosas e cremes corporais refrescantes.

ANIS ESTRELADO

Relaxa os músculos, possui ação calmante e aroma doce. Trata assaduras de bebês e auxilia em processos de cicatrização.

Indicações de uso: Pomadas calmantes, cremes para assaduras de bebês, óleos corporais e sabonetes para uso diário.

ARTEMÍSIA

Ilumina e refresca a pele e trata poros obstruídos. Alivia cólica menstrual e sintomas da menopausa. É útil no tratamento de estresse, cansaço, desânimo, insônia, depressão e traumas. Promove um maior contato com o mundo dos sonhos.

Indicações de uso: Óleos para massagens uterinas durante o ciclo menstrual, cremes para peles oleosas e tônicos faciais.

CAPIM LIMÃO

Utilizado para estimular a circulação e como adstringente. Diminui a oleosidade da pele e do couro cabeludo. Também é indicado para concentração e criatividade.

Indicações de uso: Pomadas corporais, xampus para cabelos oleosos e perfumes calmantes.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

CIPRESTE

Reduz celulites e melhora a circulação. Alivia transpiração excessiva, trata varizes e feridas e picadas de insetos. Tem ação calmante e equilibra o sistema reprodutor feminino. Diminui a acne e melhora o aspecto da pele.

Indicações de uso: Desodorantes, tônicos para peles mistas e oleosas e sinergias calmantes.

CITRONELA

Combate fadiga e cansaço, melhora os níveis de energia do corpo e é repelente de insetos. Possui ação bactericida, tônica e anti-inflamatória. Estimula a circulação local e alivia dores.

Indicações de uso: Pomadas repelentes, xampus, finalizadores para cabelos oleosos e óleos terapêuticos para estimular a circulação.

CRAVO

Excelente analgésico e bactericida, ameniza dores locais, previne acne e poros obstruídos. Auxilia na saúde bucal e melhora o aspecto de peles oleosas.

Atenção: Deve ser utilizada a diluição mínima para o óleo essencial de cravo nas fórmulas, pois em altas quantidades pode queimar a pele.

Indicações de uso: Cremes dentais, enxaguantes bucais, pomadas analgésicas e produtos para peles oleosas.

ELEMI

É um óleo essencial selvagem originário da Ásia com potente ação tônica e cicatrizante e aroma de floresta. Regula a oleosidade da pele e do couro cabeludo. Eficaz em casos de exaustão nervosa e ansiedade. Facilita estados meditativos.

Indicações de uso : Perfumes ansiolíticos, pomadas calmantes e tônicos capilares.

ERVA DOCE

Possui ação tônica e melhora peles sem viço, oleosas e enrugadas. Cura hematomas e é antisséptico. A nível terapêutico, trabalha a expressão através e melhora a auto estima.

Indicações de usos: Produtos para peles secas, sabonetes para uso diário e óleos corporais pós banho.

EUCALIPTO

Excelente expectorante e anti-inflamatório indicado para problemas respiratórios, também é antisséptico, fungicida, bactericida e antiviral. Ajuda a inibir o odor dos pés e axilas. Aumenta a sociabilidade e o senso de coletividade. Estimula funções cognitivas.

Indicações de uso: Cremes e óleos corporais refrescantes, sinergias para concentração e estudo, desodorantes e produtos para os pés.

GERÂNIO

Aroma e propriedades parecidas com o óleo essencial de rosas, pode ser usado como um substituto econômico do mesmo. Trabalha manchas localizadas, estimula o sistema linfático e se destaca como revitalizante da pele.

Indicações de uso: Perfumes florais, máscaras faciais e produtos para peles sensíveis.

GENGIBRE

Estimula a circulação sanguínea e possui propriedades afrodisíaca, anti-térmica e antioxidante.

Atenção: Deve ser utilizada a diluição mínima para o óleo essencial gengibre nas fórmulas, pois em altas quantidades pode queimar a pele.

Indicações de uso: Óleos de massagem afrodisíacos, enxaguantes bucais e pomadas anti inflamatórias.

HORTELÃ

Emprega-se em casos de celulites e varizes. É descongestionante e útil para casos de resfriado, tosse, gripe, inflamações na boca e dores em geral. Tem aroma refrescante, clareia a mente e facilita a organização dos pensamentos. Auxilia na diminuição de manchas na pele.

Indicações de uso: Batons e *lipbalms*, pomadas descongestionantes, sinergias para melhorar a concentração e sabonetes para uso diário.

JASMIM

É um óleo raro de aroma floral intenso que estimula os sentidos. Aumenta a elasticidade da pele, alivia dores menstruais e cólicas, promove relaxamento, reduz ansiedade e atua contra a depressão e dependência química.

Indicações de uso: Perfumes, produtos para grávidas, tônicos para peles sensíveis e cremes faciais.

LARANJA DOCE

Aroma profundamente terapêutico, capaz de propiciar alegria e conforto. É um ótimo revigorante. Pode ser usado no tratamento de celulites e manchas.

ATENÇÃO: Risco de queimadura, não deve ser aplicado em cosméticos de exposição solar.

Indicações de uso: Óleo corporal noturno, sabonetes faciais e produtos com enxágue não haver exposição solar.

LAVANDA

Excelente ansiolítico, capaz de induzir o sono e aliviar dores de cabeça. Trata queimaduras, cicatrizes e picadas de insetos.

Indicações de uso: Produtos faciais, perfumes calmantes e pomadas para tratamento de queimaduras.

LIMÃO SICILIANO

Melhora dores de cabeça e produz estados de ânimo e criatividade. Ação antiséptica, antifúngica e bactericida. Reduz acne, manchas, coceiras e melhora a saúde do couro cabeludo.

ATENÇÃO: Risco de queimadura, não deve ser aplicado em cosméticos de exposição solar.

Indicações de uso: Sabonetes para peles oleosas, xampus, condicionadores e produtos com enxágue (para não ocorrer exposição solar).

MANJERICÃO

Regula o sistema nervoso e atua como ansiolítico e antidepressivo natural. Melhora a energia e possibilita uma maior sensação de vitalidade. Combate acne, estimula o crescimento do cabelo e é tônico do cabelo e da pele.

Indicações de uso: Perfumes revigorantes, condicionadores e loções de limpeza para pele oleosa.

MELALEUCA OU TEA TREE

Fungicida e bactericida, melhora a saúde íntima e trata problemas no couro cabeludo. Atua na pele removendo acnes, cicatrizes, manchas e infecções.

Indicações de uso: Xampus e tônicos capilares, sabonetes íntimos e loções cicatrizantes.

OLÍBANO

Indicado para tratar rugas, cicatrizes, espinhas e sujeira nos poros. Fortalece a raiz dos cabelos diminui o ressecamento. É um relaxante natural e facilita estados meditativos.

Indicações de uso: Perfumes para equilíbrio energético, cremes para manchas e loções para peles sensíveis.

PALMAROSA

Regenerador da pele e reconstituente celular. Usado em peles secas e sensíveis, atua como dermoprotetor e trabalha estrias.

Indicações de usos: Desodorantes para sudorese, cremes para mãos e pés e óleos para tratamento de estrias.

PATCHOULI

Trata inflamações, dermatites, eczemas, fungos, seborreia, caspa, estrias, manchas e peles secas. Acelera o processo de cicatrização. Promove ânimo e boa sociabilidade a nível terapêutico e possui aroma estimulante.

Indicações de uso: Óleos corporais revigorantes, pomada cicatrizantes e xampus para caspas.

ROSAS

Reduz o excesso de calor e suaviza os sintomas da TPM e da menopausa. Devolve a vitalidade da pele. Possui propriedades tônicas, cicatrizantes, adstringentes sedativas e anti-depressivas. Estimula a intuição feminina e o diálogo com a alma.

Indicações de uso: Perfumes para a TPM, cremes faciais de alta performance e tônicos para peles danificadas.

SÁLVIA ESCLARÉIA

Combate a queda de cabelo, controla a produção de sebo e auxilia na regeneração de células da pele. Útil para acne, furúnculos, inflamação, rugas, psoríase e eczema, feridas e queimaduras, também é eficaz no tratamento de celulite. É conhecido como o óleo essencial da mulher e promove o contato com a natureza selvagem feminina.

Indicações de uso: Finalizadores capilares, loções de tratamento dermatológico e produtos para o ciclo menstrual.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

SÂNDALO

Afrodisíaco, calmante e ameniza ansiedade e depressão. Reduz caspas e é útil em casos de inflamações, eczemas e ressecamento da pele. Pode ser usado como fixador em bases de perfumes.

Indicações de uso: Perfumes afrodisíacos, sprays para o couro cabeludo e sérums para peles secas.

TANGERINA

Eficaz no tratamento de celulite, retenção de líquidos e edemas. Elimina as toxinas da pele e possui aroma agradável e revigorante. Promove equilíbrio das emoções e favorece o sono.
ATENÇÃO: Risco de queimadura, não deve ser aplicado em cosméticos de exposição solar.

Indicações de uso: Sabonetes e produtos com enxágue (para não ocorrer exposição solar).

TOMILHO

Antiviral, bactericida e antisséptico. Estimula o sistema nervoso e combate sensação de cansaço, fadiga e insônia, é considerado o óleo essencial da coragem. Útil no tratamento de verrugas.

Indicações de uso: Óleos corporais estimulantes, perfumes diurnos e pomadas para verrugas e manchas.

VETIVER

Clareia manchas de pele e protege os tecidos de danos causados por radiação, radicais livres e toxinas. Reduz rugas, queloides e fibroses. Aumenta a concentração e possui aroma afrodisíaco e inspirador.

Indicações de uso: Cremes para a proteção da pele, perfumes e sinergias para a concentração.

YLANG YLANG

Eficaz no tratamento de peles oleosas e estimula o crescimento dos cabelos. Favorece a criatividade e possui qualidades estimulantes. Desperta a libido e auxilia na cura de problemas de ordem sexual.

Indicações de uso: Perfumes afrodisíacos para estimular a libido e criatividade, loções para pele oleosas e tônicos capilares.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.4.2

ÓLEOS ESSENCIAIS PARA CADA SITUAÇÃO DERMATOLÓGICA

Uma lista que vai te ajudar a escolher o óleo essencial de acordo com a especificidade do produto.

MANCHAS:	PSORÍASE:	CELULITE:	POROS OBSTRUÍDOS:	PELE OLEOSA:	PELE SECA:	RUGAS E MARCAS DE EXPRESSÃO:
Melaleuca	Bergamota	Cipreste	Artemísia	Cipreste	Bergamota	Palmarosa
Bergamota	Lavanda	Cedro	Olíbano	Cedro	Lavanda	Canela
Hortelã	Olíbano	Erva doce	Hortelã	Citronela	Gerânio	Artemísia
Laranja	Palmarosa	Gengibre	Alecrim	Copaíba	Laranja	Mirra
Doce	Ylang Ylang	Hortelã	Lavanda	Erva doce	Palmarosa	Camomila
Olíbano	Gerânio	Laranja-doce		Gerânio	Ylang Ylang	
Patchouli		Limão Thait		Lavanda	Vetiver	
Tomilho		Palmarosa		Capim Limão		
Rosa		Tangerina		Ylang Ylang		
				Melaleuca		

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ACNE:

Cedro
Cipreste
Citronela
Eucalipto
Gerânio
Hortelã
Lavanda
Capim limão
Limão Tahit
Manjeriçã
Melaleuca
Olíbano
Palmarosa
Sálvia
Vetiver

CICATRIZES:

Olíbano
Palmarosa
Mirra
Lavanda

TÔNICO:

Hortelã
Pimenta
Lavanda
Alecrim
Cipreste

VERRUGAS:

Melaleuca
Cravo

CASPA:

Erva doce
Eucalipto
Melaleuca
Alecrim
Manjeriçã

CABELOS

SECOS:
Mirra
Canela
Gerânio

FORTALECIMENTO E CRESCIMENTO:

Melaleuca
Gengibre
Erva doce
Hortelã
Alecrim
Manjeriçã

CABELOS

OLEOSOS:
Citronela
Eucalipto
Melaleuca
Alecrim
Capim Limão

CABELOS

FRÁGEIS:
Erva doce
Gerânio
Patchouli

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.5

Extratos fitoterápicos caseiros

Extratos fitoterápicos são preparados a partir de plantas medicinais. Eles podem ser feitos em casa, com solventes naturais, como álcool de cereais, óleo vegetal e glicerina.

Esses extratos serão acrescentados aos cosméticos naturais e desempenham importantes ações dermatológicas, devido os princípios ativos medicinais das plantas.

Para saber qual a planta mais adequada para usar no seu extrato, consulte o catálogo de plantas medicinais, disponível no capítulo de fitoterapia desse livro.

Os extratos podem ser classificados de acordo com as técnicas de extração e os solventes aplicados para a obtenção dos mesmos.

Conheça alguns extratos fitoterápicos e saiba como prepará-los:

TINTURAS

Os preparos hidroalcoólicos (água + álcool) são chamados de tinturas. O álcool dissolve quase todos os ingredientes relevantes das ervas e tem ação conservante, o que confere a tintura uma validade prolongada, de 12-24 meses.

A concentração máxima das tinturas nas formulações cosméticas é de 10%. Com exceção dos perfumes líquidos, onde a tintura poderá ser usada em concentrações maiores, de até 90%.

MODO DE PREPARO DA TINTURA

Separe os ingredientes:

95% de álcool 70 (95g)

3-5% de plantas frescas ou desidratadas (3g)

Adicione os ingredientes em uma garrafa de vidro escuro, tampe e agite por alguns minutos. Deixe a tintura descansar por 21 dias. Guarde em local seco e arejado e agite sempre que puder.

Após 21 dias a tintura deverá ser coada, transportada para um frasco com conta-gotas e poderá ser utilizada em cosméticos naturais.

Caso não disponha do álcool 70, utilize 70% de álcool de cereais puro + 30% de água destilada.

OLEATOS

Os oleatos ou oleolitos são extratos oleosos, feitos com óleos vegetais insaturados, tais como óleo de semente de uva, óleo de oliva, óleo de gergelim, óleo de girassol e óleo de amêndoas.

Os oleatos podem ser aplicados diretamente na pele, como um óleo de massagem ou pós banho, e também poderá cumprir a função de emoliente em cosméticos naturais, podendo substituir a fase oleosa de algumas formulações.

A concentração usual é de 5-95%.

A validade é de 6-12 meses.

MODO DE PREPARO DO OLEATO

Separe os ingredientes:

90% de óleo vegetal (90g)

10% de plantas frescas ou desidratadas (10g)

0,5g de antioxidante (0,5g)

Adicione o óleo vegetal e as plantas em uma panela de inox ou cerâmica, e deixe cozinhar em banho maria, no fogo baixo, por aproximadamente 3 horas com a panela aberta.

Tenha cuidado para o seu óleo não ferver, quando começar a ferver, desligue a panela, espere esfriar e ligue o fogo novamente até completar 4 horas de cozimento.

Caso utilize plantas frescas, verifique se ao final do cozimento, toda a água foi evaporada, isso é importante para evitar a contaminação do produto.

Coe, adicione o antioxidante e armazene. O oleato decocto não carece de passar pelo período de cura e pode ser usado imediatamente.

EXTRATOS GLICERINADOS

Os extratos glicerinados são obtidos por processos de maceração ou infusão de ervas, flores e raízes em glicerina e álcool.

A concentração usual do extrato glicerinado nas formulações é de 5-20%.

A validade é de 12-24 meses.

MODO DE PREPARO DO EXTRATO GLICERINADO

Separe os ingredientes:

50% de glicerina vegetal líquida (50g)

45% de álcool de cereais (45g)

3-5% de plantas frescas ou desidratadas (3-5g)

Coloque todos os ingredientes listados acima em um frasco de vidro escuro, tampe bem, agite algumas vezes e reserve por sete dias. Depois desse período, coe a mistura e armazene em um frasco com conta-gotas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.6

Argilas

INCI NAME: Kaolin

A argila é um mineral com excelentes propriedades de limpeza para a pele.

É retirada diretamente do solo e pode ser usada em tratamentos estéticos, máscaras faciais e na formulação de cremes e sabonetes naturais.

Elas deixam a textura do produto mais "sequinha" e adicionam suas respectivas cores, sendo uma ótima opção de pigmento natural.

As argilas têm um alto poder de desintoxicação, elas puxam a sujeira interna, fazendo uma limpeza profunda na pele. Possuem também propriedades anti-inflamatórias, calmantes e ativam a circulação.

*Dosagens indicadas para as
argilas nas formulações: 2-99%*

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.6.1

CONHEÇA AS ARGILAS COMUMENTE USADAS NA COSMÉTICA NATURAL:

ARGILA BRANCA

É a mais suave de todas. Indicada para peles e cabelos secos e peles sensíveis. Seu pH é mais próximo ao da pele humana. Auxilia no tratamento de manchas e tem ação cicatrizante.

Indicações de uso: Cremes faciais e máscaras para peles sensíveis e mistas.

ARGILA VERDE

A argila verde possui maior diversidade em elementos e propriedades. É indicada para peles oleosas e com acne e para cabelos oleosos e pesados. Tem ação adstringente, estimulante, tônica, cicatrizante, bactericida e analgésica.

Indicações de uso: Cremes, máscaras faciais e xampus para peles e cabelos oleosos.

ARGILA VERMELHA

É uma argila rica em óxido de ferro e cobre. Tem efeito regenerador, ativa a circulação e tem ação calmante. Indicada para peles maduras e sem viço.

Indicações de uso: Barras sólidas para tratamento facial e cremes para peles maduras.

ARGILA AMARELA

A argila amarela ou dourada é rica em silício, tem ação tonificante, é indicada para peles maduras e cansadas. Atua na formação de colágeno e na flacidez cutânea.

Indicações de uso: Máscaras faciais para revitalização da pele.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ARGILA PRETA

A argila preta é utilizada para a desintoxicação da pele, principalmente peles oleosas. Tem ação anti inflamatória, absorvente e revitalizante.

Indicações de uso: Máscaras faciais e sabonetes para peles oleosas.

ARGILA MARROM

Auxilia na remoção da acne, tem efeito rejuvenescedor do tecido e ativa a circulação. Indicada para peles oleosas, acneicas e manchadas.

Indicações de uso: Sabonetes para tratamento da acne.

ARGILA CINZA

Devido ao titânio presente em sua composição, combate espinhas, cravos e excelente esfoliante. Atua como antioxidante natural e retarda o envelhecimento da pele.

Indicações de uso: Barras faciais e sabonetes.

5.2.2.7

Surfactantes

Os surfactantes são ingredientes responsáveis pela ação de limpeza e espuma em sabonetes e xampus. Na cosmética natural, optamos por surfactantes de origem vegetal e com ação suave e boa compatibilidade dermatológica.

Os surfactantes podem ser de origem anfótera, aniônica, catiônica e não iônica. Essas qualidades se referem a existência ou não de cargas elétricas na estrutura do ingrediente, o que poderá determinar a atuação do mesmo na pele e no cabelo.

Anfóteros: Os anfóteros apresentam um equilíbrio químico e possuem carga positiva e negativa, que varia de acordo com o pH dos demais surfactantes usados na formulação. São compatíveis com formulações ácidas e básicas, devido a adaptabilidade dos materiais anfóteros.

Aniônicos: Os aniônicos possuem carga negativa e são melhores aproveitados em sabonetes, loções de limpeza, espumas de banho e xampus. São compatíveis com o pH básico.

Catiônico: Os catiônicos possuem carga positiva e exercem efeito condicionante. São incompatíveis com o pH básico e inibem a formação de espuma. Usados principalmente nos condicionadores e máscaras capilares.

Não iônicos: Os não iônicos possuem carga neutra e exercem efeito suave sobre a pele. São ideais para a formulação de emulsões, sabonetes faciais e íntimos e produtos para peles sensíveis e infantis.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

DECIL GLUCOSÍDEO

INCI NAME: Decyl glucoside

O decilglucosídeo é um surfactante natural e biodegradável, derivado da glicose de milho e ácidos graxos do óleo de coco. É um produto líquido, e pode ser usado como surfactante primário em formulações líquidas e como co-surfactante em formulações sólidas. De origem não iônica, o decil glucosídeo tem ação suave e baixo risco de irritação para peles sensíveis.

Dosagem: 4-12%

Indicações de uso: Espumas faciais, sabonetes líquidos, sabonetes íntimos e xampus líquidos.

BETAÍNA

INCI NAME: Cocamidopropyl Betaine

A betaína é líquido fino e dourado. Atua como co-surfactante, de origem anfótera, melhora a formação de espuma e deixa a formulação mais suave. Aumenta o espessamento e condicionamento. Reduz a irritação da pele e melhora a compatibilidade do produto, estabiliza a fórmula e aumenta a viscosidade.

Dosagem: 4-20%

Indicações de uso: Sabonetes e xampus líquidos e sólidos, espumas e géis de banho, condicionadores e loções de limpeza.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

LAURIL GLUCOSÍDEO

INCI NAME: Lauryl Glucoside

O lauril glucosídeo é comercializado como uma pasta translúcida levemente amarelada. É não iônico e possui boa compatibilidade dérmica. Proporciona viscosidade, melhora a ação de limpeza e é usado como surfactante secundário.

Não confundir com SLS Sodium Laureth Sulfate (Lauril éter sulfato de sódio) - ingrediente evitado na cosmética natural.

Dosagem: 4-12%

Indicações de uso: Xampus para cabelos oleosos, sabonetes corporais e espumas.

SCI ISETIONATO DE SÓDIO

INCI NAME: Sodium Cocoyl Isethionate

O SCI (Isetionato de Sódio) é um surfactante derivado do óleo de coco, com ótima formação de espuma. De origem aniônica, mas muito bem tolerado pela pele e couro cabeludo. É comercializado na forma de escamas e grânulos brancos. Seu pH pode ser ajustado para um pH fisiológico de 4,5 a 7,0. Produz xampus sólidos, sabonetes e espumas com toque final suave e ação condicionante.

ATENÇÃO: Esse produto deve ser manipulado com cuidado e equipamento de segurança (máscaras e luvas).

Dosagem: 5-60%

Indicações de uso: Xampus sólidos, sabonetes sólidos, espumas de barbear e géis de banho.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

SCS SODIUM COCO SULFATE

INCI NAME: Sodium Coco Sulfate

É um surfactante aniônico, que opera em um pH de 7,5 a 10,5, não sendo indicado para peles sensíveis e cabelos secos, mas uma boa opção para produtos com alta ação de limpeza. Comercializado na forma de escamas pequenas levemente amareladas. Possui origem vegetal, alta viscosidade e qualidade de espuma.

ATENÇÃO: Esse produto deve ser manipulado com cuidado e equipamento de segurança (máscaras e luvas).

Dosagem: 5-70%

Indicações de uso: Sabonetes corporais, xampus sólidos e líquidos anti resíduos.

SLSA SODIUM LAURYL SULFOACETATE

INCI NAME: Sodium Lauryl Sulfoacetate

O SLSA é um composto orgânico, derivado do álcool laurílico, comercializado na forma de um pó fino. Tem boa tolerância pela pele, é um surfactante suave, opera em um pH de 5-7,5. Possui ação emulsificante, detergente e umectante.

Não confundir com SLS Sodium Laureth Sulfate (Lauril éter sulfato de sódio) - ingrediente evitado na cosmética natural.

ATENÇÃO: Esse produto deve ser manipulado com cuidado e equipamento de segurança (máscaras e luvas).

Dosagem: 1-15%

Indicações de usos: Sabonetes para as mãos, xampus sólidos, géis de banho e sais de banho.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.8

Emulsificantes

Um emulsificante é um ingrediente de natureza anfifílica, que possui afinidade com a água e óleo e permite a mistura dessas duas substâncias.

São usados na formulação de cremes, loções, chantillys, condicionadores, finalizadores e demais produtos para a hidratação, proteção e umectação da pele e do cabelo.

Assim como os surfactantes, a aplicação do emulsificante na formulação será definida pela natureza da matéria prima, que pode ser anfótera, catiônica, não iônica ou aniônica.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

OLIVEM 1000

INCI NAME: Cetearyl Olivatate (and) Sorbitan Olivatate

O olivem 1000, também conhecido como cera de oliva, é um emulsionante não iônico derivado do óleo de oliva, ideal para peles sensíveis e reativas e cabelos ressecados. Produz emulsões com excelente espalhabilidade. É solúvel em água ou óleo e deve ser incluído na fase quente da formulação, em torno de 70°C para sua total diluição.

Dosagem: 2- 10%

Indicações de uso: Cremes faciais, loções para peles sensíveis e condicionadores sólidos.

LECITINA DE SOJA

INCI NAME: Lecithin

A Lecitina de Soja é um emulsionante derivado do óleo de soja, um tipo de lipídio com composição química similar a das ceramidas, de caráter não iônico. Atua como emulsificante e suavizante, proporciona elasticidade e estabilidade as fórmulas e permite que as substâncias ativas do produto penetrem mais rápida e profundamente nas camadas da pele.

Dosagem: 0,5- 5%

Indicações de uso: Cremes corporais e máscaras capilares.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ESTEARATO DE GLICERILA

INCI NAME: Glyceryl Stereate SE

O estearato de glicerila ou cera de coco, é um tipo de cera auto emulsionante de natureza aniônica. Se trata de um substância adequada para formulações com pH básico e deve ser evitada em cremes faciais e produtos para peles sensíveis.

Dosagem: 1- 10%

Indicações de uso: Loções de limpeza, géis de banho, pomadas e desodorantes.

EMULSENSE

INCI NAME: Brassicyl Isoleucinate Esylate (and) Brassica Alcohol

O emulsense é um emulsificante, de alta performance, particularmente utilizado em condicionadores naturais. É um produto de origem catiônica, com cargas positivas e possui ótimo desempenho como agente antiestático.

Dosagem: 6-16%

Indicações de uso: Condicionadores sólidos, cremes de pentear e máscaras capilares.

PRO CONDITION

INCI NAME: Brassicamidopropyl Dimethylamine

É um agente de condicionamento capilar catiônico. Proporciona ótima lubrificação para o cabelo, estabilidade e alta viscosidade para formulação.

Dosagem: 1-20%

Indicações de uso: Condicionadores sólidos e cremes capilares.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.9

Espessantes

Os espessantes são ingredientes que auxiliam na estabilidade, uniformidade e viscosidade da fórmula. Podem ser considerados como uma espécie de emulsificante secundário. São fundamentais para que a formulação mantenha-se unida mediante diferentes temperaturas e condições.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

GOMA XANTANA

INCI NAME: Xanthan Gum

A goma xantana é uma polissacarídeo, ou seja, um tipo de açúcar obtido através de fermentação natural. Ela dá viscosidade e elasticidade aos produtos, pode ser usada como espessante e estabilizante de fórmulas.

Também é uma substância gelificante, que transforma a água em gel e é uma boa alternativa para a fabricação de géis naturais.

Dosagem: 0,30- 3%

Indicações de uso: Géis corporais e capilares, condicionadores e cremes corporais e faciais.

GOMA GUAR

INCI NAME: Guar Hydroxypropyl Trimonium Chloride

A goma guar é um agente espessante de condicionamento, que auxilia no desembaraçamento do cabelo e dá viscosidade a formulações hidroalcoólicas. Possui natureza catiônica e é facilmente absorvida pela fibra capilar e pela pele.

Dosagem: 0,2-1%

Indicações de uso: Condicionadores, xampus líquidos e cremes faciais.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ÁLCOOL CETOESTEARÍLICO

INCI NAME: Cetearyl Alcohol

O álcool cetoestearílico é um tipo de álcool graxo primário, derivado de óleo de coco ou óleo de palma. Se trata de um produto comercializado na forma de flocos ou pastilhas, extremamente suave e compatível com a pele, de característica não iônica.

Dosagem: 0,5- 15%

Indicações de uso: Loções, cremes e produtos capilares.

ÁLCOOL CETÍLICO

INCI NAME: Cetyl Alcohol

O álcool cetílico é emoliente, estabilizante e doador de consistência para as emulsões. É comercializado em flocos brancos. Produz ótima lubrificação e toque suave para as formulações.

Dosagem: 2-10%

Indicações de uso: Cremes, loções, condicionadores e xampus

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.2.2.10

Demais ingredientes

Acima, foram citados os principais ingredientes utilizados na cosmética natural, além dessas, temos algumas outras matérias primas, que também são acrescentadas as formulações.

Esses ingredientes poderão ter a função de solventes, como o álcool de cereais e a glicerina. De preservação, como os antioxidantes e conservantes. Ou adicionar características adicionais ao produto, como os pigmentos e demais ativos.

ÁLCOOL DE CEREAIS
INCI NAME: Alcohol

É um produto de origem vegetal, derivado do milho (ou soja, ou arroz). Por utilizar enzimas e leveduras, a produção é totalmente natural. É utilizado como solvente na produção de extratos fitoterápicos. Deve ser evitado em produtos para a pele do rosto.

Dosagem: 5- 95%

Indicações de uso: Tinturas, extratos glicerinados, sprays de ambiente e perfumes.

ÁGUA DESTILADA
INCI NAME: Aqua

A água destilada é a água obtida pela condensação do vapor de água. Se trata de uma água apropriada para a formulação de cosméticos, pois possui alto nível de pureza e é menos suscetível a contaminação.

Dosagem: 10-90%

Indicações de uso: Tinturas, loções, emulsões, condicionadores, perfumes, xampus e sabonetes.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

ALOE VERA

INCI NAME: Aloe barbadensis Leaf Juice

A aloe vera é uma planta medicinal especialmente importante na cosmética natural, pois ela produz um gel viscoso e incolor, com propriedades anti inflamatórias e hidratantes, que favorece fórmulas cosméticas para todos os tipos de pele e cabelos. Os nutrientes contidos na babosa são muito importantes para as células da pele e do couro cabeludo, ela tem potencial cicatrizante, melhora a circulação e cria uma camada de proteção, que dificulta a perda de líquidos.

Dosagem: 5- 50%

Indicações de uso: Géis corporais e faciais, condicionadores, xampus e sabonetes.

AVEIA

INCI NAME: Avena sativa

A aveia possui vitaminas essenciais para a saúde e minerais como o zinco e o selênio. Devido a essas substâncias, ela possui um alto poder hidratante, sendo capaz de manter as moléculas de água no interior da pele. A aveia cria uma espécie de camada protetora, impedindo a umidade de sair pela superfície, nutre as células profundamente, remove as impurezas da pele e promove melhorias nos cabelos e unhas, quando ingerida com regularidade.

Dosagem: 5 -90%

Indicações de uso: Sabonetes e máscaras faciais esfoliantes.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

BASE GLICERINADA

INCI NAME: Desconhecido

A “base glicerina vegetal” ou base saponificada é uma barra de sabonete neutro, um tipo base pronta para fabricar sabonetes personalizados. Pode ser substituída por sabão de coco natural, sem aditivos.

Aprenda fazer sua base glicerina vegetal no

Curso de Saboaria Natural.

www.perfumariadaservas.com/saboaria

Dosagem: 5- 95%

Indicações de uso: Sabonetes sólidos, xampus cremosos e condicionadores.

D PANTENOL (VITAMINA B5)

INCI NAME: Panthenol

O D Pantenol é um líquido transparente e umectante, um tipo de álcool altamente nutritivo para a pele e para os cabelos. Auxilia na reparação dos tecidos, aumenta a resistência das fibras colágenas e atua como cicatrizante e estimulante do metabolismo epitelial.

Dosagem: 1 - 5%

Indicações de uso: Condicionadores, xampus e pomadas cicatrizantes.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

DOLOMITA

INCI NAME: Magnesium Carbonate

A dolomita ou carbonato de magnésio é um mineral com ação anti inflamatória e clareadora na pele. Pode reduzir manchas, favorecer um aspecto mais saudável e ainda pode deixar o creme mais opaco e sequinho, além de ser um bom espessante e agente de consistência.

Dosagem: 2 - 10%

Indicações de uso: Máscaras faciais, desodorantes e cremes para peles oleosas.

CONDIMENTOS

INCI NAME: Varia de acordo com ingrediente

Alguns condimentos alimentícios, como canela, cúrcuma, cravo, cacau, ervas pulverizadas e spirulina, poderão ser acrescentados as formulações para adicionar cores e características específicas ao produto.

Dosagem: 0,5 - 5%

Indicações de uso: Sabonetes personalizados.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

GLICERINA VEGETAL

INCI NAME: Glycerin

A glicerina ou glicerol é um material umectante, de característica inodora, incolor, adocicada, viscosa e umectante. Graças a sua alta absorção de água, a glicerina funciona como um hidratante, solvente e umectante em formulações de produtos cosméticos. Ela mantém a pele hidratada e protege do ressecamento.

Dosagem: 5 - 50%

Indicações de uso: Extratos glicerinados, cremes, loções e géis corporais.

HIDROLATO

O INCI NAME dos hidrolatos poderá variar de acordo com a espécie vegetal utilizada na extração do material, verifique a nomenclatura correta com o fornecedor.

O hidrolato é um subproduto obtido a partir da destilação dos óleos essenciais. O vapor d'água que atravessa os tecidos da planta, resulta em uma água rica em princípios ativos, que mantém as principais propriedades dessa planta. O hidrolato é um importante ingrediente bioativo para formulações aquosas, podendo substituir a água destilada nas formulações.

Dosagem: 10 - 99%

Indicações de uso: Perfumes, xampus e tônicos faciais

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

LEITE DE MAGNÉSIO

INCI NAME: Desconhecido

O leite de magnésio é um eficaz desodorante na via transdérmica. É uma solução que contém hidróxido de magnésio, uma substância mineral e natural. O leite de magnésio tem ação tensoativa e emulsificante em cremes e desodorantes cremosos.

Dosagem: 10 - 50%

Indicações de uso: Desodorantes e cremes corporais.

VINAGRE DE MAÇÃ

INCI NAME: Desconhecido

Dispõe de uma grande quantidade de vitaminas, tem propriedades anti inflamatórias e cicatrizantes. Adequado para restaurar cabelos quando estão ressecados, sem brilhos e nos permite tratar aspectos relacionados com a saúde de nosso couro cabeludo, tais como caspa e a descamação do couro cabeludo. Corrige a acidez das fórmulas e pode ajudar no equilíbrio do pH.

Dosagem: 3 - 15%

Indicações de uso: Finalizadores capilares e sprays para o cabelo.

PIGMENTOS MINERAIS

O INCI NAME dos pigmentos minerais poderá variar de acordo com a cor do material, verifique a nomenclatura correta com o fornecedor.

Os pigmentos minerais são produtos obtidos de elementos minerais naturais, são materiais finos e coloridos que podem ser utilizados para a confecção de maquiagens e tintas naturais.

Dosagem: 0,1 - 5%

Indicações de uso: Cosméticos coloridos e maquiagens.

PROTEÍNA VEGETAL HIDROLISADA

INCI NAME: Hidrolyzed Protein - Poderá variar de acordo com o material do qual a proteína é originada, verifique a nomenclatura correta com o fornecedor.

As proteínas vegetais hidrolisadas reforçam a elasticidade e maleabilidade dos fios. Elas nutrem o cabelo e melhoram a performance de condicionadores e finalizadores, facilitando o desembarace e deixando os fios mais bonitos.

Dosagem: 1 - 10%

Indicações de uso: Condicionadores, finalizadores e máscaras de reconstrução capilar.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

SEMENTES DE LINHAÇA

INCI NAME: Linum Usitatissimum

As sementes de linhaça, em contato com a água, liberam um gel viscoso, que é facilmente absorvido pela pele e pelo cabelo, e possui propriedades hidratantes e umectantes.

Dosagem: 2 - 30%

Indicações de uso: Géis capilares, finalizadores e sérum oil free.

SEMENTES DE URUCUM

INCI NAME: Bixa orellana L.

As sementes de urucum são um pigmento natural usado há milênios por povos nativos originários do Brasil. Essas sementes em contato com o óleo, liberam sua forte tonalidade vermelha. O urucum possui propriedades antioxidantes e auxilia na regeneração da pele.

Dosagem: 1 - 5%

Indicações de uso: Bálsamos labiais e sabonetes coloridos.

Livro Digital //

5.2.2.11

Antioxidantes

Os antioxidantes previnem a rancificação de óleos e manteigas vegetais e retardam o processo de envelhecimento desses produtos, além de acrescentarem propriedades favoráveis à saúde da pele.

Os antioxidantes utilizados na cosmetologia natural são:

OLEO RESINA DE ALECRIM e VITAMINA E

Dosagem: 0,1 - 1%

Livro Digital //

5.2.2.12

Conservantes

Conservantes são agentes antimicrobianos de amplo espectro, que impedem a contaminação do produto e permitem uma maior segurança durante o manuseio. Os conservantes deverão ser sempre adicionados às formulações que levam água na composição.

Alguns conservantes indicados e que são permitidos na fabricação de cosméticos naturais e sua respectivas dosagens são:

- Sorbato de potássio + benzoato de sódio (0,5% - 1%)
- Nipaguard (0,5 - 1,5%)
- Spectrastat (0,7 - 1,2%)

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

CONSERVAÇÃO E VALIDADE

Um cosmético natural é um produto altamente suscetível à contaminação, devido o uso de matérias primas in natura.

Cosméticos que levam água na composição só poderão ser armazenados por mais de duas semanas, mediante o uso dos conservantes citados no capítulo de matérias primas.

Os conservantes indicados conferem ao produto uma validade de até 12 meses, caso todas as normas de higiene e segurança sejam mantidas durante o preparo e manuseio do cosmético .

Formulação anidras (livres de água), como balms, pomadas, manteigas corporais, óleos e batons não necessitam de conservantes. Nesse tipo de formulação, usamos antioxidantes, que previnem a oxidação das matérias primas.

É preciso verificar a data de validade de todas as matérias usadas na formulação, caso alguma delas tenha uma prazo de validade mais curto, isso influenciará na validade do produto final.

Cuidados com a higiene durante o preparo e manuseio do produtos também são cruciais para a preservação da sua fórmula.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

5.4

COMO MEDIR O PH DO SEU COSMÉTICO

PH significa “potencial Hidrogeniônico”, é uma escala que mede o nível de acidez, neutralidade ou alcalinidade de uma solução.

A escala de pH varia de 0 a 14. O pH 7 divide a escala, um pH abaixo de 7 indica um produto ácido e acima de 7 um produto alcalino ou básico.

O pH é um parâmetro importante para avaliar a qualidade do produto e a compatibilidade do mesmo com a pele.

O pH de um cosmético deve estar de acordo com o pH da parte do corpo para a qual o produto é destinado.

A pele apresenta um pH de 4,5 e o pH de equilíbrio do cabelo é de 3,8.

Quanto mais próximo desses valores o seu produto estiver, mais benefícios ele vai trazer.

Sabonetes possuem um pH mais elevado para facilitar a limpeza e a dispersão de gorduras.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

A seguir, uma tabela de produtos e seus pHs ideais:

Sabonetes corporais para uso geral: pH 8- 9.

Sabonetes faciais e para peles sensíveis: pH 7- 8

Sabonetes infantis: pH 7 (um pH neutro reduz o risco de irritação nos olhos)

Sabonetes íntimos (formulações líquidas): pH 3,8 -5

Crems e hidratantes corporais e faciais: pH 4-5

Desodorantes: pH 5-6,5

Condicionadores: 3,8-5

Máscara de hidratação capilar : 3,8-4,5

Xampus sólidos feitos através dos métodos tradicionais de saponificação:

Cabelos secos: pH 7- 8

Cabelos oleosos: pH 8- 9

Xampus líquidos ou sólidos feitos com surfactantes vegetais:

Cabelos secos: pH 4,2- 5,6

Cabelos oleosos: pH 4,5- 6

MEDINDO O PH

A medição do pH pode ser feita com um pHmetro, que é um medidor de pH digital ou com as fitas indicadoras.

Não é possível medir o pH de um produto anidro, que não é solúvel em água, como óleos corporais, bálsamos, pomadas e manteigas.

Mediremos apenas o pH das emulsões e outros produtos solúveis em água, como sabonetes, condicionadores e alguns desodorantes.

Dilua uma pequena quantidade do produto em água destilada, misture e homogenize a solução e verta o pHmetro ou a fitinha na mistura.

No caso do pHmetro, o valor o pH será indicado imediatamente. Se você usar a fitinha, deixe-a imersa por 2 a 3 minutos, retire e verifique a cor do papel.

AGENTES REGULADORES DE PH

Caso haja necessidade de ajuste, utilize os agentes reguladores de pH para deixar o seu produto mais ácido ou alcalino.

Se o seu produto estiver muito alcalino, utilize uma solução de ácido cítrico e água destilada com 10% de ácido cítrico.

Se estiver muito ácido, utilize uma solução de hidróxido de sódio e água destilada com 10% de hidróxido de sódio.

Solução de ácido cítrico:

90g de água destilada + 10g de ácido cítrico

Solução de hidróxido de sódio:

90g de água destilada + 10g de hidróxido de sódio

Adicione a mistura aos poucos na formulação e vá medindo o pH até chegar na faixa ideal para o seu produto. A adição de agentes reguladores, não deverá ultrapassar mais que 5% do total da sua receita.

Livro Digital //

capítulo 6

Fatores de risco da cosmética natural

Cosméticos naturais são, em geral, benéficos para a pele e amigos do meio ambiente, mas ainda sim, alguns cuidados devem ser tomados durante a preparação, uso e manuseio do seu produto:

1. O risco de toxicidade utilizando plantas medicinais pode ser tão grave quanto o uso de matérias primas tóxicas presentes em cosméticos industrializados, algumas plantas podem causar alergia severa, coceira, queimaduras e todo tipo de reação indesejada para a pele ou para o corpo. Por isso, esteja sempre atentas as contraindicações das plantas e matérias primas indicadas nas receitas.
2. A adição de conservante é extremamente importante nas formulações que levam água para prevenir a formação de microorganismos, um cosmético sem conservante coloca em risco a saúde de quem usa o produto, podendo causar micoses, alergias e intoxicações mais graves.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

3. Cuidados com o manuseio e armazenamento, são imprescindíveis para uma boa durabilidade do seu cosmético. Não toque o produto com as mãos dentro da embalagem, use sempre um espátula e retire a quantidade necessária para a aplicação. Armazene em local seco e arejado, longe de fontes de calor ou umidade.
4. Tenha atenção ao formular um produto para grávidas e crianças. A gravidez é um momento de cuidado integral e muitas plantas são abortivas, e outras não são indicadas para crianças. Portanto, use de matérias primas seguras e procure produtos e receitas específicos para mamães e bebês.
5. O local da preparação do seu cosmético e os utensílios utilizados devem ser cuidadosamente higienizados, pois o uso de conservantes poderá não ser efetivo, caso a formulação seja contaminada durante o preparo.
6. Algumas matérias primas não devem entrar em contato direto com a pele, antes de serem diluídas no produto, é o caso de conservantes, alguns óleos essenciais e surfactantes, por isso, utilize luvas, óculos de segurança, calça longa, blusa de manga comprida e sapato fechado ao manusear essas matérias primas.

Livro Digital //

capítulo 7

Receitas

Chegou a hora de conhecer as receitas e a variedade de produtos que você poderá manipular com as matérias primas apresentadas neste livro.

Caso você seja iniciante na cosmética, comece pelas formulações mais simples e teste pequenas porções, até que adquirir segurança e conhecimento para testar as receitas mais elaboradas.

Se você já conhece e fabrica cosméticos naturais, aproveite para usar a sua criatividade e adaptar as formulações, substituindo ingredientes e dando novas funções ao produto.

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!



As dosagens dos ingredientes são apresentadas em porcentagem % para que possamos identificar a concentração de cada substância na formulação com facilidade.

Isso também poderá te ajudar a aumentar ou diminuir a quantidade da receita para o rendimento final desejado.

Todas as receitas são formuladas para 100g. Portanto, 1% equivale a 1g.

Caso queira dobrar a receita e fazer 200g, 1% será correspondente a 2g.

Para reduzir e fazer um produto de 50g, 1% equivale a 0,5g.

7.1

Cremes e emulsões para a pele

Cremes e emulsões são preparos feitos com a finalidade de hidratar, nutrir e regenerar a pele. São usados na fase de proteção, auxiliam na retenção hídrica e quando aplicados diariamente, promovem maciez e suavidade prolongada para a epiderme.

Podemos fazer cremes a partir de formulações anidras ou emulsões:

Os produtos anidros são formulações a base de ceras, manteiga e óleos vegetais. Não levam água na composição, e na maioria das vezes, são compostos por apenas uma fase, o que torna o seu preparo mais fácil.

As emulsões são sistemas polifásicos compostas com por um ou mais ingredientes imiscíveis unidos - comumente a água e o óleo. Para a união desses ingredientes, se faz necessária a adição de ingredientes emulsificantes e espessantes.

Observação: Sempre retire o conteúdo da embalagem com uma espátula, na hora de usar o seu creme, para evitar a contaminação do produto.

Conheça o curso completo:
"Cremes & Emulsões Corporais"
Acesse: www.perfumariadaservas.com

7.1.1

BASE DE CREME HIDRATANTE

Base de creme com textura suave e toque macio. Pode ser usada para a posterior preparação de hidratantes personalizados, adicionando óleos essenciais e ativos correspondentes a sua necessidade.

Escolha os óleos vegetais, manteigas e antioxidantes no capítulo de matérias primas deste livro.

Ingredientes

52% de água destilada (50g)

21% de óleo vegetal (21g)

20% de manteiga vegetal (20g)

4% de lecitina de soja (4g)

2% de álcool cetoestearílico (2g)

0,5% de antioxidante (0,5g)

0,5% de conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Ferva a água destilada e separe.
2. Adicione o óleo vegetal, a manteiga, a lecitina de soja e o álcool cetoestearílico em um recipiente e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que todos os ingredientes estejam dissolvidos.
3. Retire do fogo, adicione a água e bata com um mixer até obter um mistura homogênea.
4. Adicione o antioxidante e o conservante. Misture e envase.

Como usar:

Creme corporal de uso diário para hidratação e proteção da pele. Também é uma base para a fabricação de cremes personalizados, com a correta adição de ativos na formulação (até 10%).

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.1.2

BASE DE CREME ANIDRO

Base de creme com textura oleosa, altamente nutritivo para a pele. Indicado para a fabricação de cremes para os pés e mãos.

Ingredientes

59% de óleo vegetal (59g)

20% de manteiga vegetal (20g)

20% de cera vegetal (20g)

0,5% de antioxidante (0,5g)

0,5% de óleo essencial (0,5g)

Modo de preparo

1. Aqueça o óleo, a manteiga e cera em banho maria.
2. Quando os ingredientes estiverem completamente derretidos, deixe esfriar e endurecer em temperatura ambiente ou na geladeira.
3. Adicione o óleo essencial e o antioxidante bata com um mixer até obter uma mistura altamente cremosa.

Como usar:

Creme para uso diário nas partes mais ressecadas do corpo: mãos, pés, cotovelos e joelhos. Adicione óleo essencial para personalizar o produto.

7.1.3

CREME CORPORAL DE CAPIM LIMÃO

Esse creme produz uma emulsão cremosa e homogênea de uso diário, tem textura suave e ótima cobertura. O capim limão dá ao produto um delicioso aroma calmante e propriedades antioxidantes e anti sépticas. Você pode escolher outra planta para usar como ativo no seu creme, no lugar do capim limão, como alecrim, camomila e manjerição. *Verifique as contra indicações e indicações da substância antes de aplicar no seu produto.*

Ingredientes

- 30% infusão de capim limão (30g)
- 30% óleo vegetal de amêndoas (60g)
- 10% manteiga de ucuuba (10g)
- 5% cera carnaúba (5g)
- 19% tintura de capim limão (19g)
- 2,5% lecitina de soja (2,5g)
- 2% álcool cetosteárilico (2g)
- 0,5% vitamina E (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de capim limão (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo de amêndoas, a manteiga, a cera, a lecitina de soja e o álcool cetosteárilico em uma panela de vidro, inox ou cerâmica em banho maria.
2. Quando os ingredientes estiverem completamente dissolvidos, adicione a infusão ainda morna e a tintura.
3. Bata com um mixer e intercale com um colher de madeira até a mistura esfriar e adquirir consistência.
4. Adicione o óleo essencial e a vitamina E e bata com o mixer novamente até que todos ingredientes estejam completamente incorporados à formulação.

Como usar:

Aplique uma pequena quantidade nas mãos e espalhe pelo corpo, massageando suavemente.

7.1.4

CREME CORPORAL REFRESCANTE

O creme corporal refrescante poderá ser preparado em poucos minutos e trará a você a sensação de refrescância e pele bem nutrida durante todo o dia.

Ótima formulação para a rotina diária e para pessoas que trabalham fora de casa, pois o óleo essencial de eucalipto e o hidrolato de hortelã inspiram vivacidade e bem estar, e a manteiga de cacau mantém a pele bem protegida por mais tempo.

Ingredientes

78,5% de hidrolato de hortelã (78,5g)

10% óleo de andiroba (10g)

5% manteiga de cacau (5g)

3% lecitina de soja (3g)

2% álcool cetosteárilico (2g)

0,5% vitamina E (0,5g)

0,5% óleo essencial de eucalipto (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione em um recipiente o óleo vegetal, a manteiga, o emulsificante e o espessante. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
2. Leve para o fogo baixo, em banho maria, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
3. Retire do fogo, adicione o hidrolato junto dos ingredientes da fase oleosa e bata com um mixer até obter uma mistura homogênea.
4. Adicione a vitamina E, o óleo essencial e o conservante e mexa mais um pouco, até que todos os ingredientes estejam completamente incorporados à formulação.

Como usar:

Aplique uma pequena quantidade nas mãos e espalhe pelo corpo, massageando suavemente. Creme de uso diurno.

7.1.5

CREME CORPORAL INFANTIL

Esse creme é um ótimo produto para a pele infantil, indicado para crianças acima de 3 anos. Poderá hidratar e auxiliar no desenvolvimento da pele de forma natural. Também é um produto indicado para peles sensíveis e secas.

Ingredientes

40% óleo de semente de uva (40g)
39% infusão de camomila (39g)
10% manteiga de manga (10g)
5% cera de arroz (5g)
3,5% lecitina de soja (3,5g)
1% álcool cetosteárilico (1g)
0,5% vitamina E (0,5g)
0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)
0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione em um recipiente o óleo vegetal, a manteiga, a cera, o emulsificante e o espessante. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
2. Leve para o fogo baixo, em banho maria, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
3. Retire do fogo, adicione a infusão junto dos ingredientes da fase oleosa e bata com um mixer até obter uma mistura homogênea.
4. Adicione o vitamina E, o óleo essencial e o conservante e mexa mais um pouco, até que todos os ingredientes estejam completamente incorporados à formulação.

Como usar:

Aplique uma pequena quantidade na pele infantil, preferencialmente após o banho. Pode ser usado por adultos e crianças.

7.1.6

CHANTILLY PARA O CORPO

Chantilly corporal de alta performance com funções hidratantes e umectantes para a pele do corpo e com boa aceitação pela pele do rosto.

O hidrolato de manjerição e o óleo essencial de cipreste dão ao produto propriedades estimulantes e ajudam tratamento de hematomas, edemas e problemas circulatórios.

Ingredientes

- 51% hidrolato de manjerição (51g)
- 21% óleo de linhaça (21g)
- 21% manteiga de cupuaçu (21g)
- 4,5% olivem 1000 (4,5g)
- 1% álcool cetosteárilico (1g)
- 0,5% oleoresina de alecrim (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de cipreste (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione em um recipiente o óleo vegetal, a manteiga, o emulsificante e o espessante. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
2. Leve para o fogo baixo, em banho maria, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
3. Retire do fogo, adicione o hidrolato junto dos ingredientes da fase oleosa e bata com um mixer até obter uma mistura homogênea.
4. Adicione o oleoresina de alecrim, o óleo essencial e o conservante e mexa mais um pouco, até que todos os ingredientes estejam completamente incorporados à formulação.

Como usar:

Aplique uma pequena quantidade nas mãos e espalhe pelo corpo, massageando suavemente.

7.1.7

LOÇÃO PÓS BANHO CALMANTE

As loções são um tipo de emulsão com menos óleo e mais água, são leitosas e fluidas, mas ao mesmo tempo, encorpadas e viscosas. Por conter uma maior quantidade de água, as loções oferecem melhor hidratação para a pele.

A loção apresentada possui ação calmante e aroma suave e inspirador, devido o uso de óleo essencial de rosas. Atua como regeneradora da pele e auxilia no tratamento de inflamações e irritações.

Produto formulado para a pele do corpo, mas também indicado para a pele do rosto.

Ingredientes

80% infusão de alfazema (80g)

10% glicerina vegetal (10g)

5% óleo de rosa mosqueta (5g)

3% olivem 1000 (3g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% vitamina E (0,5g)

0,5% óleo essencial de rosas (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione em um recipiente o óleo de rosa mosqueta o emulsificante olivem 1000. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
2. Leve para o fogo baixo, em banho maria, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
3. Retire do fogo, adicione o hidrolato junto dos ingredientes da fase oleosa e bata com um mixer.
4. Dilua a goma xantana na glicerina e adicione na formulação, bata mais um pouco, até obter um mistura homogênea.
5. Adicione a vitamina E, o óleo essencial e o conservante e mexa mais um pouco, até que todos os ingredientes estejam completamente incorporados à formulação.

Como usar:

Aplique uma pequena quantidade nas mãos e espalhe pelo corpo, massageando suavemente. Pode ser usada a qualquer hora do dia, mas a sugestão é após o banho ou antes de dormir.

7.1.8

MANTEIGA CORPORAL SÓLIDA

Manteiga corporal sólida para proteger a pele e nutrir a epiderme. Tem ação suavizante em cicatrizes e manchas. Por ser um produto sólido, dispensa embalagem, portanto, é mais ecológica.

Ingredientes

- 55% manteiga de cupuaçu (55g)
- 15% cera de arroz (15g)
- 10% óleo de gergelim (10g)
- 5% glicerina vegetal (5g)
- 5% lecitina de soja (5g)
- 5% álcool cetílico (5g)
- 2g dolomita (2g)
- 0,5% gotas de óleo essencial de patchouli (0,5g)
- 0,5% óleo resina de alecrim (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a manteiga, o óleo, a cera, o emulsificante lecitina de soja e o álcool cetílico em um recipiente e leve para o banho maria.
2. Quando todos os ingredientes estiverem dissolvidos, retire do fogo.
3. Adicione a dolomita, o óleo essencial, óleo resina de alecrim e conservante e a glicerina, imediatamente, antes da mistura endurecer, mexa bem e coloque em forma de silicone.
4. Deixe a manteiga endurecer em temperatura ambiente ou na geladeira por 3-4 horas e retire da forma.

Como usar:

Retire um pequeno pedaço da manteiga com uma espátula, aqueça com o calor das mãos e aplique na pele, como um creme.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.2

Sabonetes

O sabonete é principal produto utilizado na fase de limpeza da pele. Podem ser fabricados a partir dos processo de saponificação hot process ou cold process, com surfactantes vegetais ou com bases glicerizadas prontas.

Neste livro, apresento receitas de sabonetes que utilizam surfactantes vegetais ou bases glicerizadas prontas.

O processo de saponificação a partir do zero e a fabricação da base glicerizada, você aprende no Curso de Saboaria Natural. Acesse: www.perfumariadaservas.com/saboaria

7.2.1

BASE DE SABONETE LÍQUIDO

Base para preparação de sabonetes líquidos personalizados. Adicione óleo essenciais e ativos, de acordo com as suas preferências.

Escolha os óleos vegetais, manteigas, emulsificantes e antioxidantes no capítulo de matérias primas deste livro

Ingredientes

77% água destilada (77g)

12% decil glucosídeo (12g)

5% óleo vegetal (6g)

5% glicerina vegetal (5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Ferva a água destilada e espere esfriar. Adicione a água destilada e o decil glucosídeo em um recipiente e faça a mistura com uma colher de pau.

2. Dilua a goma xantana na glicerina e misture junto aos demais ingredientes, acrescente também o óleo vegetal.

3. Adicione o antioxidante e conservante, agite e envase.

Como usar: Sabonete corporal e facial de uso diário para a limpeza pele.

Também é uma base para a fabricação de sabonetes personalizados, com a correta adição de ativos na formulação (até 10%).

Retire um pequeno pedaço da manteiga com uma espátula, aqueça com o calor das mãos e aplique na pele, como um creme.

7.2.2

SABONETE LÍQUIDO PARA O CORPO

Sabonete indicado para uso corporal em todos os tipos de pele, desde a mais oleosa, até a mais sensível. A formulação apresenta ótimo equilíbrio de pH.

Faz uma limpeza profunda, mas deixa um toque suave, aveludado e macio na pele, devido ao uso do surfactante líquido não iônico decil glucosídeo e do óleo de jojoba.

Você pode substituir o óleo essencial de laranja doce, por limão siciliano, bergamota, capim limão ou citronela.

Ingredientes

72% infusão de malva (72g)

12% decil glucosídeo (12g)

5% óleo de jojoba (6g)

5% glicerina vegetal (5g)

4% betaína (4g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de laranja doce (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão, o decil glucosídeo e betaína em um recipiente e faça a mistura com uma colher de pau.
2. Dilua a goma xantana na glicerina e misture junto aos demais ingredientes, acrescente também o óleo vegetal.
3. Adicione o antioxidante e conservante, agite e envase.

Como usar: Coloque um pouco de sabonete nas mãos umedecidas e espalhe pelo corpo na hora do banho. Este produto também pode ser usado como um sabonete de mãos no toilet.

7.2.3

SABONETE LÍQUIDO PARA PELES SECAS

Sabonete líquido ideal para peles secas e descamadas. Promove uma limpeza suave, com toque hidratante. Auxilia na regeneração da pele e possui propriedades revitalizantes e antioxidantes, devido o uso do óleo essencial de palmarosa.

Ingredientes

- 72% infusão de melissa (72g)
- 12% decil glucosídeo (12g)
- 5% óleo de maracujá (6g)
- 5% glicerina vegetal (5g)
- 4,5% betaína (4,5g)
- 0,5% goma xantana (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% antioxidante (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão, o decil glucosídeo e a betaína em um recipiente e faça a mistura com uma colher de pau.
2. Dilua a goma xantana na glicerina e misture junto aos demais ingredientes, acrescente também o óleo vegetal.
3. Adicione o antioxidante, o óleo essencial e o conservante, agite e envase.

Como usar: Coloque um pouco de sabonete nas mãos umedecidas e espalhe pelo corpo na hora do banho. Este produto também pode ser usado como um sabonete facial.

7.2.4

SABONETE SÓLIDO PARA PELES OLEOSAS

Sabonete sólido do tipo pastilha, formulado com surfactantes sólidos de origem vegetal. Ideal para peles oleosas, regula a produção de sebo pela pele e ajuda na redução de manchas. Formulado com spirulina, um ingrediente antioxidante e que dará a cor verde para o nosso produto.

ATENÇÃO: Utilize luvas de proteção, óculos e máscara para a preparação da receita. Os surfactantes sólidos (SCS, SCI e SLSA) irritam as mucosas, os olhos e a pele em contato direto com a superfície. Depois de pronto, o uso desses ingredientes no sabonete é seguro.

Ingredientes

50% SCS (50g)

10% SLSA (10g)

10% manteiga de murumuru (10g)

10% óleo vegetal de buriti (10g)

7% cera de arroz (7g)

6% betaína (6g)

4% álcool cetosteárilico (4g)

1,5% spirulina (1,5g)

0,5g antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial de vetiver (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe o SCS, o SLSA.
2. Adicione a manteiga, o óleo de andiroba, a cera e o álcool cetosteárilico em um recipiente e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que os ingredientes estejam completamente dissolvidos. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
3. Misture o SCS e o SLSA junto da fase oleosa, ainda em banho maria. Mexa rapidamente com uma espátula até obter uma massa uniforme.
4. Retire do fogo e adicione a spirulina, o antioxidante, o conservante e o óleo essencial e mexa mais um pouco.
5. Caso seja necessário, adicione até 4g de água ou glicerina para obter uma massa uniforme.
6. Coloque em uma forma de silicone.
7. Desenforme após 2 horas e deixe secar por 48 horas antes de usar.

Como usar: Umedeça o sabonete com as mãos e aplique no corpo, na hora do banho. Não indicado para a pele do rosto.

7.2.5

SABONETE SÓLIDO PARA PELES SENSÍVEIS

Sabonete para peles sensíveis formulado com SCI, surfactante sólido com boa aceitação dermatológica.

Formulado com calêndula em pó, argila amarela e óleo vegetal de semente de uva, ingredientes com potencial regenerativo e cicatrizante para a pele.

ATENÇÃO: Utilize luvas de proteção, óculos e máscara para a preparação da receita. Os surfactantes sólidos (SCS, SCI e SLSA) irritam as mucosas, os olhos e a pele em contato direto com a superfície. Depois de pronto, o uso desses ingredientes no sabonete é seguro.

Ingredientes

- 60% SCI (60g)
- 12% manteiga de manga (12g)
- 8% óleo vegetal de semente de uva (8g)
- 10% decil glucosídeo (10g)
- 3% álcool cetosteárilico (3g)
- 2% calêndula em pó (2g)
- 3% argila amarela (3g)
- 0,5g antioxidante (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de erva doce (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe o SCI.
2. Adicione a manteiga, o óleo de semente de uva e o álcool cetosteárilico em um recipiente e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que os ingredientes estejam completamente dissolvidos. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
3. Misture o SCI junto da fase oleosa, ainda em banho maria, e mexa rapidamente com uma espátula até obter uma massa uniforme.
4. Retire do fogo e adicione a betaína, a erva doce, a spirulina, o antioxidante, o conservante e o óleo essencial e mexa mais um pouco.
5. Caso seja necessário, adicione até 4g de água morna ou glicerina para obter uma massa uniforme.
6. Coloque em uma forma de silicone.
7. Desenforme após 2 horas e deixe secar por 48 horas antes de usar.

Como usar: Umedeça o sabonete com as mãos e aplique no corpo, na hora do banho. Indicado para a pele do rosto.

7.2.6

SABONETE ÍNTIMO

Um sabonete íntimo deve ser formulado com surfactante líquidos, como decil glucosídeo ou betaína. Para este sabonete, vamos usar o barbatimão, que é uma planta medicinal com ação cicatrizante e bactericida. Vamos usar também o óleo essencial de lavanda, que é calmante e previne irritações e coceiras.

Ingredientes

72% infusão de barbatimão (72g)

12% decil glucosídeo (12g)

7% óleo de amêndoas (6g)

7% glicerina vegetal (5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão e o decil glucosídeo em um recipiente e faça a mistura com uma colher de pau.
2. Dilua a goma xantana na glicerina e misture junto aos demais ingredientes, acrescente também o óleo vegetal.
3. Adicione o antioxidante, o óleo essencial e o conservante, agite e envase.

Como usar: Coloque um pouco de sabonete nas mãos umedecidas e aplique na região íntima, na hora do banho. Lave com água em abundância.

7.2.7

SABONETE COM BASE GLICERINADA

Esse é um sabonete levemente esfoliante, indicado para a limpeza diária do corpo. É fabricado com base glicerizada, que pode ser substituída por sabão de coco natural sem aditivos.

Aprenda fazer sua base glicerizada vegetal no Curso de Saboaria Natural.

www.perfumariadaservas.com

Ingredientes

90% base glicerizada (90g)

5% tintura de camomila (5g)

4% aveia em flocos finos (4g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de capim limão (0,5g)

Modo de preparo

1. Rale a base ou pique como um faca em pedaços muito pequenos.
2. Aqueça uma panela em banho maria.
3. Quando a panela estiver aquecida e a água do banho maria já estiver fervida, abaixe a temperatura e leve a base ao fogo.
4. Mexa com uma colher de pau até a base derreter completamente.
5. Quando derreter, retire a base fogo e coloque os ingredientes adicionais imediatamente.
6. Mexa rapidamente (antes da massa começar endurecer), até obter uma mistura homogênea e despeje na forma.
7. Deixe o seu sabonete descansar por 72 horas, retire da forma e se ele estiver completamente sólido, está pronto para usar. Se não, deixe secar por até uma semana fora da forma, envolto em um papel.

Como usar: Fracione o sabonete em quatro partes e use uma de cada vez, para não haver desperdício. Umedeça o sabonete com as mãos e aplique no corpo, na hora do banho.

7.2.8

SABONETE DE ARGILA PARA PELES MISTAS

Esse sabonete é ideal para peles secas e sensíveis, e possui ação calmante devido ao uso da tintura de camomila e de óleo essencial de lavanda. É indicado apenas para a pele do corpo.

Ingredientes

90% base glicerizada (90g)

5% tintura de camomila (5g)

4% argila amarela (4g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de lavanda (0,5g)

Modo de preparo

1. Rale a base ou pique como um faca em pedaços muito pequenos.
2. Aqueça uma panela em banho maria.
3. Quando a panela estiver aquecida e a água do banho maria já estiver fervida, abaixe a temperatura e leve a base ao fogo.
4. Mexa com uma colher de pau até a base derreter completamente.
5. Quando derreter, retire a base fogo e coloque os ingredientes adicionais imediatamente.
6. Mexa rapidamente (antes da massa começar endurecer), até obter uma mistura homogênea e despeje na forma.
7. Deixe o seu sabonete descansar por 72 horas, retire da forma e se ele estiver completamente sólido, está pronto para usar. Se não, deixe secar por até uma semana fora da forma, envolto em um papel.

Como usar: Fracione o sabonete em quatro partes e use uma de cada vez, para não haver desperdício. Umedeça o sabonete com as mãos e aplique no corpo, na hora do banho.

7.2.9

SABONETE LÍQUIDO COM BASE GLICERINADA

A base glicerina também produz um ótimo sabonete líquido, que poderá ter o pH ajustado com o uso de ácido cítrico. Esse sabonete alivia a pele irritada, alivia coceiras e propicia um banho relaxante devido o uso do óleo essencial de jasmim.

Ingredientes

86% infusão jasmim (86g)

8% base glicerina (8g)

2% glicerina vegetal (2g)

2% ácido cítrico (2g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5 antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial de erva doce (0,5g)

Modo de preparo

1. Rale a base glicerina ou pique em pequenos pedaços.
2. Adicione a base glicerina e a infusão em banho maria até que a base esteja completamente dissolvida.
3. Dilua o ácido cítrico e a goma xantana na glicerina.
4. Adicione essa mistura indicada no passo acima junto da base glicerina e da infusão.
5. Bata a mistura com um mixer.
6. Adicione o conservante, o antioxidante e o óleo essencial, misture e envase.

Como usar: Coloque um pouco de sabonete nas mãos umedecidas e espalhe pelo corpo na hora do banho.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.3

Produtos para o cabelo

O fio capilar é uma fibra composta por proteínas, em especial a queratina.

A união das proteínas no cabelo se dá por meio de ligações químicas, que são responsáveis pela estabilidade estrutural.

Um produto capilar deve ser formulado com ingredientes específicos para favorecer o bom aspecto dos fios e garantir saúde para o couro cabeludo.

Apresento produtos capilares com ótimo desempenho e pH equilibrado para você experimentar em casa a magia de ter um cabelo bem cuidado, com produtos naturais.

Conheça o Curso Completo:
Cosméticos para o cabelo!
Aulas em vídeo + Apostila Completa
www.perfumariadaservas

7.3.1

BASE DE XAMPU LÍQUIDO

Base de xampu liquido para todos os tipos de cabelo. Faz uma limpeza profunda, sem agredir a fibra capilar por ser formulado com surfactante não iônico. Adicione óleos essenciais e hidrolato ou infusão de acordo com as características do seu cabelo e necessidades do seu couro cabeludo. O alecrim, por exemplo, fortifica a raiz e auxilia no crescimento dos cabelos.

A calêndula alivia irritações no couro cabeludo. O patchouli suaviza e dá brilho para os fios. O ideal é que você esteja em constante estudo sobre as plantas medicinais, e sempre atenta as contra indicações, para cada vez mais descobrir novas plantas que podem beneficiar as suas necessidades.

Ingredientes

70% infusão ou hidrolato (70g)

12% decil glucosídeo (12g)

5% betaína (5g)

9% glicerina vegetal (9g)

1% proteína hidrolisada (1g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial (0,5g)

0,5 antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial de erva doce (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão, o decil glucosídeo e a betaína em um recipiente e faça a mistura.
2. Dilua a goma xantana e a proteína na glicerina e misture junto aos demais ingredientes.
3. Adicione o óleo essencial e o conservante, misture e envase.

Como usar: Aplique uma pequena quantidade nos cabelos molhados, preferencialmente na raiz, lave bem e retire dos cabelos com água.

7.3.2

XAMPU LÍQUIDO DE GERÂNIO E HIBISCO

Xampu líquido com ação hidratante para os fio. Faz uma boa limpeza, estimula o crescimento dos fios, protege a fibra capilar e deixa uma sensação suave no couro cabeludo. Tem estímulos sensoriais e visuais interessantes, devido a cor rosada do hibisco e o aroma floral do gerânio.

Ingredientes

70% infusão de hibisco (70g)
12% decil glucosídeo (12g)
5% betaína (5g)
8% glicerina vegetal (8g)
1% de proteína hidrolisada (1g)
1% de pantenol (1g)
0,5% goma xantana (0,5g)
0,5% conservante (0,5g)
0,5% óleo essencial de gerânio (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão, o decil glucosídeo e a betaína em um recipiente e faça a mistura.
2. Dilua a goma xantana, o pantenol e a proteína na glicerina e misture junto aos demais ingredientes.
3. Adicione o óleo essencial e o conservante, misture e envase.

Como usar: Aplique uma pequena quantidade nos cabelos molhados, preferencialmente na raiz, lave bem e retire dos cabelos com água.

7.3.3

XAMPU SÓLIDO DE CACAU E LARANJA

Xampu pastilha para cabelos oleosos e mistos, formulado com SCS e SLSA. Na receita também vai óleo essencial de alecrim e cacau em pó, ingredientes que dão mais brilho ao cabelo, melhoram a ação de limpeza do produto e fortalecem os fios.

ATENÇÃO: Utilize luvas de proteção, óculos e máscara para a preparação da receita. Os surfactantes sólidos (SCS, SCI, SLSA) irritam as mucosas, os olhos e a pele em contato direto com a superfície. Depois de pronto, o uso desses ingredientes no xampu é seguro.

Ingredientes

50% scs (50g)

10% slsa (10g)

10% manteiga de karité (10g)

10% óleo vegetal de copaíba (10g)

10% cacau em pó (10g)

5% betaína (5g)

3% álcool cetosteárilico (3g)

0,5g antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial de alecrim (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe o scs, o slsa e misture com a betaína.
2. Adicione a manteiga de karité, o óleo de copaíba e o álcool cetosteárilico em um recipiente e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que os ingredientes estejam completamente dissolvidos. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
3. Misture a fase oleosa junto dos surfactantes e da betaína. Mexa rapidamente com uma espátula até obter uma massa uniforme.
4. Adicione o cacau, o antioxidante, o conservante e o óleo essencial e mexa mais um pouco.
5. Caso seja necessário, adicione até 4g de água ou glicerina para obter uma massa uniforme.
6. Coloque em uma forma de silicone e pressione bastante para que o seu xampu fique firme e sólido.
7. Desenforme após 2 horas e deixe secar por 48 horas antes de usar

Como usar: Aplique nos cabelos molhados, preferencialmente na raiz, lave bem e retire dos cabelos com água.

7.3.4

XAMPU SÓLIDO DE LAVANDA E ERVA DOCE

Xampu pastilha para cabelos secos e mistos, formulado com SCI. Tem ação suave e calmante para o couro cabeludo e amacia os cabelos.

ATENÇÃO: Utilize luvas de proteção, óculos e máscara para a preparação da receita. Os surfactante sólido (SCS, SCI, SLSA) irritam as mucosas, os olhos e a pele em contato direto com a superfície. Depois de pronto, o uso desses ingredientes no xampu é seguro.

Ingredientes

- 60% sci (60g)
- 12% manteiga de cacau (12g)
- 10% óleo vegetal de buriti (10g)
- 10% decil glucosídeo (10g)
- 3% álcool cetosteárilico (3g)
- 2% erva doce em pó (2g)
- 1% proteína hidrolisada (1g)
- 0,5g antioxidante (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de lavanda (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe o sci e misture com o decil glucosídeo.
2. Adicione a manteiga de cacau, o óleo de buriti e o álcool cetosteárilico em um recipiente e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que os ingredientes estejam completamente dissolvidos. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
3. Misture a fase oleosa junto dos surfactantes e da betaína. Mexa rapidamente com uma espátula até obter uma massa uniforme.
4. Adicione a erva doce, a spirulina, o antioxidante, o conservante e o óleo essencial e mexa mais um pouco.
5. Caso seja necessário, adicione até 4g de água ou glicerina para obter uma massa uniforme.
6. Coloque em uma forma de silicone e pressione bastante para que o seu xampu fique firme e sólido.
7. Desenforme após 2 horas e deixe secar por 48 horas antes de usar.

Como usar: Aplique nos cabelos molhados, preferencialmente na raiz, lave bem e retire dos cabelos com água.

7.3.5

LOÇÃO CONDICIONANTE

Loção condicionante com ótimo deslizamento pelos fios, que auxilia no desembaraçamento e promove maciez e brilho para os fios. A loção de sabugueiro alivia irritações do couro cabeludo e ajuda a manter os cabelos saudáveis e bonitos

Ingredientes

- 80% infusão de sabugueiro (75g)
- 5% óleo de andiroba (5g)
- 5% glicerina (5g)
- 3% lecitina de soja (3g)
- 3% emulsense (3g)
- 2,5% álcool cetosteárilico (2g)
- 0,5% de óleo essencial (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe os ingredientes da fase oleosa (emulsense, lecitina de soja, álcool cetosteárilico e óleo vegetal) e leve para banho maria em fogo baixo, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
2. Retire do fogo, adicione a infusão morna e a glicerina e bata com um mixer até que a mistura esteja homogênea.
3. Adicione o antioxidante, conservante e óleo essencial, mexa mais um pouco e envase.

Como usar: Aplique no cabelo, preferencialmente nas pontas, no banho, após o uso do xampu.

7.3.6

CONDICIONADOR SÓLIDO DE LAVANDA

Condicionador sólido ideal para cabelos oleosos, secos, ressecados e mistos, pois adapta-se com facilidade as necessidades dos fios, devido a variedade e equilíbrio dos ingredientes condicionantes da formulação. Deixa os fios soltos, com um aspecto leve, saudável e sedoso. Ótimo aroma calmante, devido ao uso de óleo essencial de lavanda.

Ingredientes

- 11% emulsificante catiônico (emulsense ou pro condition 22) (11g)
- 11% emulsificante não iônico (olivem 1000 ou lecitina de soja) (11g)
- 13% álcool cetosteárilico (13g)
- 8% cera de arroz (8g)
- 25% manteiga de cacau (25g)
- 12% decil glucosídeo (12g)
- 5% óleo de linhaça (5g)
- 5% glicerina (5g)
- 2,5% pantenol (2,5g)
- 2% proteína hidrolisada (2g)
- 3% vinagre de maçã (3g)
- 0,5% antioxidante (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% óleo essencial de lavanda (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione os emulsificantes, o álcool cetosteárilico, a manteiga, a cera e óleo vegetal em um recipiente para banho maria. Esses são os ingredientes da fase oleosa.
2. Leve para o fogo baixo e aguarde até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos para desligar.
3. Separe os demais ingredientes e misture todos eles.
4. Adicione os demais ingredientes junto da fase oleosa, mexa bem até que a mistura esteja homogênea. Mas com agilidade, antes de esfriar e endurecer.
5. Coloque em um forma de silicone. Aguarde 6 horas até que o produto esteja sólido.

Como usar: Fracione o produto em pequenos pedaços para uma maior durabilidade; Esfregue o condicionador nas mãos umedecidas com água e aplique no cabelo após o uso de xampu no banho; Retire dos fios com água.

7.3.7

CREME CONDICIONADOR

Creme condicionante, que também pode ser usado como máscara de hidratação capilar. É formulado com óleo de abacate e manteiga de ucuuba, ingredientes que dão proteção, flexibilidade e nutrição para a fibra capilar.

Ingredientes

70% infusão de alfavaca (70g)

10% óleo vegetal óleo de abacate (10g)

10% manteiga vegetal ou manteiga de ucuuba (10g)

3% lecitina de soja (3g)

3,5% emulsense (3,5g)

2% álcool cetosteárilico (2g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% óleo essencial de sândalo (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe os ingredientes da fase oleosa (emulsense, lecitina de soja, álcool cetosteárilico, manteiga vegetal e óleo vegetal) e leve para banho maria em fogo baixo, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
2. Retire do fogo, adicione a infusão morna e bata com um mixer até que a mistura esteja homogênea.
3. Adicione o antioxidante, conservante e óleo essencial, mexa mais um pouco e envase.

Como usar: Aplique no cabelo, preferencialmente nas pontas, no banho, após o uso do xampu; Se preferir, use como uma máscara de tratamento capilar: deixe agir por 15 minutos e retire dos cabelos com água.

7.3.8

MÁSCARA DE HIDRATAÇÃO CAPILAR

Essa máscara promove um tratamento de nutrição intensa e tem efeitos duradouros para proteger o cabelo do ressecamento e danos químicos. Formulada com manteiga de manga, óleo de pracaxi, proteína, pantenol e polpa de aloe vera, ingredientes que deixam o cabelo hidratado, forte e saudável.

Ingredientes

60% infusão (60g)
10% manteiga de manga (10g)
9% óleo de pracaxi (9g)
9% polpa de aloe vera (9g)
3% olivem 1000 (3g)
3% álcool cetosteárilico (3g)
2,5% pantenol (2,5g)
2% proteína hidrolisada (2g)
0,5% antioxidante (0,5g)
0,5% conservante (0,5g)
0,5% óleo essencial (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe os ingredientes da fase oleosa (emulsificantes, álcool cetosteárilico, manteiga e óleo vegetal) e leve para o banho maria em fogo baixo, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
2. Retire do fogo, adicione a infusão, a polpa de aloe vera, a proteína e o pantenol e bata com um mixer, até que a mistura esteja homogênea.
3. Adicione o antioxidante, conservante e óleo essencial, mexa mais um pouco e envase.

Como usar: Aplique nos cabelos úmidos, massageie da raiz às pontas, deixe agir por 25 minutos e lave com água.

7.3.9

LEAVE IN

O leave-in ou finalizador é um produto utilizado para pentear, desembaraçar e modelar os fios. É um produto sem enxágue, e pode ser aplicado nos cabelos secos ou molhados.

Ingredientes

77% água destilada (77g)

10% óleo de oliva (10g)

5% glicerina (5g)

5% emulsificante não iônico ou catiônico (emulsense ou olivem 1000) (5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% óleo essencial (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe os ingredientes da fase oleosa (emulsificante e óleo vegetal) e leve para banho maria em fogo baixo, até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.

2. Retire do fogo, adicione a água destilada morna e bata com um mixer até que a mistura esteja homogênea.

3. Dilua a goma xantana, o antioxidante, conservante e óleo essencial na glicerina, adicione na formulação, mexa mais um pouco e envase.

Como usar: Aplique nos cabelos úmidos ou secos e modele como preferir.

7.3.10

GEL DE CAMOMILA

O gel de camomila é versátil é um ótima opção de finalizador barato e caseiro, que pode ser feito com infusão de ervas, como a camomila, e produzem um ótimo resultado no cabelo.

ATENÇÃO: O gel de camomila poderá clarear levemente os cabelos em contato com o sol.

Ingredientes

- 77% infusão de camomila (77g)
- 10% óleo de jojoba (10g)
- 10% glicerina vegetal (10g)
- 0,5% goma xantana (0,5g)
- 0,5% óleo essencial (0,5g)
- 0,5% conservante (0,5g)
- 0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Prepare a infusão de camomila com água destilada: Ferva a água, adicione 3% de camomila, tampe, aguarde 15 minutos, coe e separe 77g.
2. Dilua a goma xantana na glicerina.
3. Adicione todos os ingrediente em uma garrafa, tampe, agite e veja a magia acontecer: em alguns minutos o seu chá se transformará em um gel viscoso e hidratante.

Como usar: Aplique nos cabelos úmidos ou secos e modele como preferir.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.3.11

TÔNICO PARA CRESCIMENTO CAPILAR

O uso do tônico estimula o crescimento do cabelo, melhora a saúde da raiz e do couro cabeludo e fortalece os novos fios que irão nascer.

Ingredientes

70% óleo de gergelim (70g)

29% óleo de rícino (29g)

0,5% oleoresina de alecrim (0,5g)

0,5% óleo essencial de hortelã pimenta (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco com conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Divida o cabelo em mechas, aplique o tônico diretamente no couro cabeludo e massageie suavemente.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.4

Produtos para a pele do rosto

A pele do rosto é a parte mais exposta do corpo e está sujeita a variações do clima e ao contato com o meio ambiente, o rosto também é uma região mais sensível e delicada, por isso, merece cuidados especiais.

Agora, você vai aprender receitas de produtos específicos para a pele do rosto.

Acesse o curso completo:
"Skin Care Facial"
www.perfumariadaservas.com

7.4.1

SABONETE FACIAL FLORAL

O sabonete facial floral é líquido, tem ação suave e hidratante e produzirá um bom efeito em todos os tipos de pele. É formulado a partir da infusão das flores de jasmim e calêndula, que produzem um efeito regenerador e calmante na epiderme.

Ingredientes

75% infusão de jasmim e calêndula (80g)

12% decil glucosídeo (12g)

6% óleo de rosa mosqueta (6g)

5% glicerina vegetal (5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a infusão ou hidrolato e o decil glucosídeo em um recipiente e faça a mistura.
2. Dilua a goma xantana na glicerina e misture junto aos demais ingredientes.
3. Adicione o óleo essencial, antioxidante e conservante, misture e envase.

Como usar: Utilize o seu sabonete facial diariamente, antes de dormir e durante o banho.

7.4.2

CREME FACIAL

O creme facial é um produto de alta performance, que manterá a pele hidratada e protegida todos os dias. É um ótimo produto para todo o rosto, principalmente para a região dos olhos. Previne olheiras e marcas de expressão.

Ingredientes

70% hidrolato ou infusão de manjerona (70g)
10% óleo de buriti (10g)
14,5% de manteiga de cupuaçu (14,5g)
4% olivem 1000 ou lecitina de soja (4g)
1% álcool cetoestearílico (1g)
0,5% óleo essencial de olíbano (0,5g)
0,5% conservante (0,5g)
0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe os ingredientes da fase aquosa e da fase oleosa.
Fase aquosa: Infusão ou hidrolato.
Fase oleosa: óleo vegetal, manteiga, olivem 100 e álcool cetoestearílico.
2. Aqueça os ingredientes da fase oleosa em banho maria até que todos estejam completamente derretidos.
3. Misture a fase oleosa e a fase aquosa e bata com um mixer até que obter uma textura homogênea.
4. Adicione os ativos: óleo essencial, conservante e antioxidante.
5. Bata com um fuê e envase.

Como usar: Aplique no rosto todos os dias a noite. Faça uma massagem na região dos olhos para obter melhores resultados.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.4.3

TÔNICO FACIAL

O tônico é um produto complementar ao sabonete, pois auxilia na remoção de sujeiras, suaviza a pele e poderá ter ações medicinais e terapêuticas diversas, de acordo com os ingredientes escolhidos para a formulação.

Ingredientes

80% infusão (80g)

15% glicerina vegetal (15g)

0,5% óleo essencial (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em frasco com tampa de spray.
2. Agite por alguns minutos, tampe e armazene.

Como usar: A embalagem em spray facilita o uso do tônico. Borrife no rosto após a limpeza facial noturna.

7.4.4

SÉRUM FACIAL

O sérum é um produto utilizado na fase de nutrição ou proteção e tem alta concentração de ativos. Seu uso pode acompanhar uma massagem facial para facilitar a penetração desses ativos na pele.

Ingredientes

99% óleo vegetal de maracujá (99g)

0,5% óleo essencial de artemísia (0,5g)

0,5% óleo essencial de jasmim (0,5g)

0,5% vitamina E (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em frasco com conta gotas.
2. Agite por alguns minutos, tampe e armazene.

Como usar: Aplique o sérum duas vezes ao dia. Por se tratar de um produto de base oleosa, uma gota é o suficiente para cada aplicação, dessa forma, a pele não fica com um aspecto oleoso. Caso queira aplicar uma quantidade maior para fazer uma massagem facial, retire o excesso de óleo do rosto com uma eco pad.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.4.5

SÉRUM OIL FREE

O sérum oil free (livre de óleo) é feito a base de água com geis naturais, hidrolatos e infusões. A goma xantana é um espessante, que dá viscosidade e permite uma melhor espalhabilidade do produto na pele.

Ingredientes

45% hidrolato de rosas (45g)

45% gel de linhaça (45g)

8,5% glicerina vegetal (8,5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% óleo essencial de sálvia esclareia (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Prepare o gel de linhaça: Ferva 10g de linhaça com 100g de água destilada. Retire do fogo e coe a mistura.
2. Separe as 45g de gel de linhaça e misture junto do hidrolato ou infusão.
3. Dilua a goma xantana glicerina e misture junto dos demais ingredientes.
4. Adicione o óleo essencial e conservante, agite e envase.

Como usar: Aplique no rosto suavemente após o uso do tônico.

7.4.6

BARRA DE ARGILA

As barrinhas sólidas de argila são práticas e fáceis de levar para qualquer lugar, uma forma de manter a limpeza facial sempre em dia e é uma receita simples e econômica. O produto faz uma limpeza profunda de dentro para fora, eliminando resíduos e células mortas.

**Escolha o óleo essencial e argila de acordo com as necessidades da sua pele. A água destilada pode ser substituída por hidrolato ou infusão.*

Ingredientes

70% argila (70g)

20% água de destilada (20g)

9% glicerina vegetal (9g)

0,5% óleo essencial (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione os ingredientes em um recipiente e mexa com uma colher ou bastão até que a argila se dissolva.
2. Coloque em uma forma de silicone ou em forma de gelo untada com óleo vegetal.
3. Deixe descansando no sol por 24 horas ou até endurecer e retire da forma.

Como usar: Umedeça a barra com água mineral, chá ou hidrolato. Aplique no rosto suavemente, retire com água em abundância e finalize com o uso de tônico e sérum.

Livro Digital //

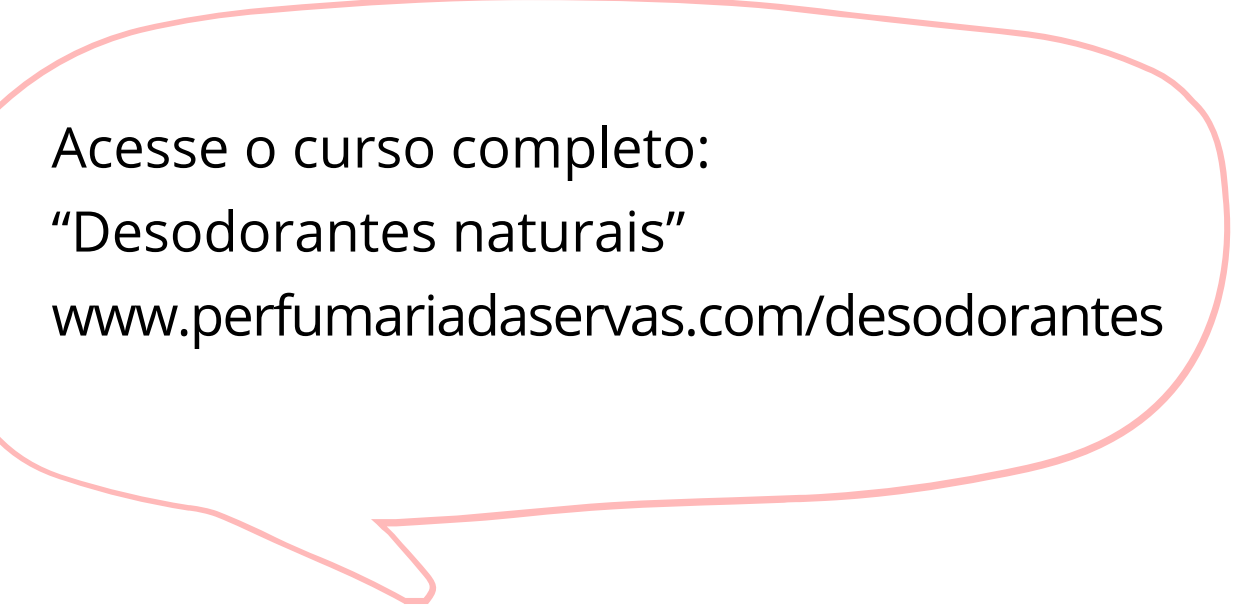
Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.5

Desodorantes

As axilas são participantes fundamentais dos processos de excreção do corpo, desodorantes e antitranspirantes convencionais comprometem estes processos e alteram nosso equilíbrio, o que favorece o acúmulo de bactérias invasoras, deixando a região desprotegida e mais suscetível a doenças.

Desodorantes naturais permitem o livre funcionamento das funções orgânicas das axilas, tratam manchas e controlam a produção de odores de forma não agressiva.



Acesse o curso completo:
"Desodorantes naturais"
www.perfumariadaservas.com/desodorantes

7.5.1

DESODORANTE CREMOSO

Desodorante em creme de fácil aplicação e ótima absorção pela pele. É formulado com dolomita, que deixa as axilas sequinhas e previne manchas. O óleo de copaíba é anti inflamatório e previne irritações. Os óleos essenciais de palmarosa e cipreste tem ação resfriadora e podem auxiliar em casos de sudorese.

Ingredientes

60% hidrolato de eucalipto (60g)
10% óleo de copaíba (10g)
10% dolomita (10g)
10% extrato glicerinado de alecrim (10g)
3% olivem 1000 (3g)
2% álcool cetoestearílico (2g)
0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)
0,5% óleo essencial de cipreste (0,5g)
0,5% oleoresina de alecrim (0,5g)
0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo de copaíba, o olivem 1000 e o álcool cetoestearílico em um recipiente e leve para o banho maria.
2. Quando os ingredientes estiverem completamente dissolvidos, retire do fogo e adicione o hidrolato, o extrato glicerinado e a dolomita e bata com um mixer, até obter uma mistura homogênea.
3. Adicione os óleos essenciais, o óleo resina de alecrim e o conservante. Mexa mais um pouco e envase.

Como usar: Aplique uma pequena quantidade, do tamanho de um ervilha nas axilas e espalhe. Você pode aplicar o desodorante até 2 vezes ao dia.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.5.2

DESODORANTE EM PÓ

O desodorante em pó tem efeito sequinho, que absorve o suor. É fácil de fazer e ficar pronto em alguns segundos.

Ingredientes

99% dolomita ou argila branca (99g)

0,5% de óleo essencial de lavanda (0,5g)

0,5% de óleo essencial de melaleuca (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um recipiente, faça a mistura e envase.

Como usar: Aplique nas axilas com o auxílio de uma ecopad, de 12 em 12 horas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.5.3

DESODORANTE LÍQUIDO ROLL ON

O desodorante líquido pode ser usado embalagem de roll on. É formulado com leite de magnésia, que possui ação antibacteriana e desodorizante para as axilas.

Ingredientes

88% infusão de hortelã (49g)

5% glicerina (5g)

4,5% óleo de andiroba (4,5g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% óleo essencial de melaleuca (0,5g)

0,5% óleo essencial de capim limão (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% de conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Misture a glicerina, o óleo vegetal, a goma xantana, os óleos essenciais, o conservante e o antioxidante até que a goma xantana esteja completamente dissolvida.
2. Adicione os ingredientes junto da infusão, agite e envase.

Como usar: Aplique nas axilas de 12 em 12 horas.

7.6

Perfume

A perfumaria natural é uma arte e uma atividade de prazer e bem estar.

Além do aroma, os perfumes naturais são ricos em propriedades terapêuticas características das plantas ou óleos essenciais utilizados na composição.

Podemos fazer perfumes líquidos, sólido e fluidos.

Os perfumes líquidos são formulados com álcool, água e glicerina. São mais voláteis e evaporam com facilidade.

Os perfumes sólidos, por possuírem ceras vegetais na composição, fixam na pele de forma instantânea, são práticos e podem ser levados a qualquer lugar com facilidade.

Os perfumes fluidos são feitos a partir de óleos vegetais, eles possuem a mesma vantagem do fixação do perfume sólido e podem ser armazenados em um frasco de roll on para perfumes (tipo gloss) ou conta gotas.

A composição olfativa de um perfume envolve uma combinação de notas de saída, de corpo e de fundo. Essa anatomia permite o equilíbrio de aromas na formulação e uma melhor experiência para quem usar o perfume.

As notas de saída são as primeiras notas sentidas no perfume, são caracterizadas aromas cítricos e intensos. As notas de corpo dão a identidade do perfume, possuem aromas florais, doces ou frugais. As notas de fundo são a base do perfume e permanecem por mais tempo na pele e os aromas são amadeirados.

Para a fabricação de um perfume com boa intensidade aromas, usamos os óleos essenciais em um percentual maior, de 2-3%.

7.6.1

PERFUME ÁGUA DO MAR

O perfume Água do Mar é inspirado na força e no frescor das águas marítimas. Você pode usá-lo para limpeza e restauração de energias e para facilitar um estado de paz consigo e com o mundo. A presença do sal grosso na fórmula realiza a purificação do campo áurico e deixa o corpo e a mente mais leves e dispostos. A sálvia remete a Iemanjá - símbolo de conexão com os aspectos femininos mais profundos. O eucalipto é refrescante e revigorante, assim como as águas do mar.

Ingredientes

50% álcool de cereais (50g)

24,5% água destilada(24,5g)

20% glicerina (20g)

3% sal grosso (3g)

0,5% óleo essencial de eucalipto (0,5g)

1% óleo essencial de sálvia esclareia (1g)

1% óleo essencial de sândalo (1g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com tampa de spray e agite por alguns minutos.

Como usar: Borrife no corpo sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.2

PERFUME FLOR DE YIN

O perfume Flor de Yin incorpora a energia feminina da natureza, em seu aspecto criativo e gerador. Pode auxiliar mulheres durante o período menstrual e TPM e favorece a inspiração para trabalhos artísticos. Auxilia em casos de melancolia e acalma os pensamentos.

Ingredientes

50% álcool de cereais (50g)

27% água destilada(27,5g)

20% glicerina (20g)

0,5% óleo essencial de palmarosa (0,5g)

1% óleo essencial de rosas (1g)

1% óleo essencial de jasmim (1g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com tampa de spray e agite por alguns minutos.

Como usar: Borrife no corpo sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.3

PERFUME MAGIA DAS ERVAS

As ervas aromáticas são o princípio da magia da natureza. Elas carregam o milagre da cura e nos conectam com os saberes da terra. O perfume Magia das Ervas melhora a sensação de pertencimento e conforto, equilibra questões mentais e nos deixa mais aptos para viver o dia a dia com consciência e bem estar.

Ingredientes

50% álcool de cereais (50g)

27,5% água destilada(27,5g)

20% glicerina (20g)

0,5% óleo essencial de citronela (0,5g)

1% óleo essencial de lavanda (1g)

1% óleo essencial de vetiver (1g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com tampa de spray e agite por alguns minutos.

Como usar: Borrife no corpo sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.4

PERFUME AFRODISÍACO

O perfume afrodisíaco dá ao corpo estímulos e sensações revigorantes, que aumentam a sensação de ânimo, autoestima e vitalidade. Pode ser empregado em caso de fadiga, apatia e falta de libido. A combinação de aromas também proporciona mais alegria e coragem.

Ingredientes

50% álcool de cereais (50g)

27,5% água destilada(27,5g)

20% glicerina (20g)

0,5% óleo essencial de hortelã pimenta (0,5g)

1% óleo essencial de ylang ylang (1g)

1% óleo essencial de patchouli (1g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com tampa de spray e agite por alguns minutos.

Como usar: Borrife no corpo sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.5

PERFUME SÓLIDO BANHO DE FLORESTA

O banho de floresta é uma prática terapêutica que consiste na simples presença em lugares na natureza, onde possamos ficar perto de árvores e colocar os pés na terra. Como nem sempre é possível estarmos nesses lugares, com o perfume Banho de Floresta, a natureza vai aonde você estiver.

Ingredientes

50% óleo de buriti (50g)

29% manteiga de karité (29g)

18% cera de arroz (18g)

0,5% óleo essencial de manjeriço (0,5g)

1% óleo essencial de elemi (1g)

1% óleo essencial de copaíba (1g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo, a manteiga e a cera em um recipiente de vidro ou inox e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que a cera esteja completamente dissolvida.
2. Retire do fogo e adicione imediatamente os óleos essenciais e o antioxidante, antes de esfriar e endurecer.
3. Coloque em um recipiente de *balm* ou bastão e espere endurecer para usar.

Como usar: Retire um pequeno pedaço do perfume com uma espátula. Aqueça com as mãos e aplique o pescoço, nos braços e onde desejar.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.6

PERFUME SÓLIDO BANHO DE FLORESTA

O banho de floresta é uma prática terapêutica que consiste na simples presença em lugares na natureza, onde possamos ficar perto de árvores e colocar os pés na terra. Como nem sempre é possível estarmos nesses lugares, com o perfume Banho de Floresta, a natureza vai aonde você estiver.

Ingredientes

50% óleo de buriti (50g)

29% manteiga de karité (29g)

18% cera de arroz (18g)

0,5% óleo essencial de manjerição (0,5g)

1% óleo essencial de elemi (1g)

1% óleo essencial de copaíba (1g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo, a manteiga e a cera em um recipiente de vidro ou inox e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que a cera esteja completamente dissolvida.
2. Retire do fogo e adicione imediatamente os óleos essenciais e o antioxidante, antes de esfriar e endurecer.
3. Coloque em um recipiente de *balm* ou bastão e espere endurecer para usar.

Como usar: Retire um pequeno pedaço do perfume com uma espátula. Aqueça com as mãos e aplique o pescoço, nos braços e onde desejar.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.7

PERFUME SÓLIDO DA LUA

Esse perfume é formulado com óleos essenciais, que podem nos ajudar a ter mais equilíbrio durante todo o ciclo, principalmente no período menstrual. Também pode ser usado nas noites de lua cheia, para trazer mais inspiração e criatividade.

Ingredientes

- 50% óleo de semente de uva (50g)
- 29% manteiga de cupuaçu (29g)
- 18% cera de candelila (18g)
- 0,5% óleo essencial de lírio do brejo (0,5g)
- 1% óleo essencial de artemísia (1g)
- 1% óleo essencial de canela (1g)
- 0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo, a manteiga e a cera em um recipiente de vidro ou inox e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que a cera esteja completamente dissolvida.
2. Retire do fogo e adicione imediatamente os óleos essenciais e o antioxidante, antes de esfriar e endurecer.
3. Coloque em um recipiente de *balm* ou bastão e espere endurecer para usar.

Como usar: Retire um pequeno pedaço do perfume com uma espátula. Aqueça com as mãos e aplique o pescoço, nos braços e onde desejar.

7.6.8

PERFUME SÓLIDO DO SOL

O Perfume do Sol, assim como o sol, desperta-nos para um novo dia. Os óleos essenciais utilizados possuem princípios ativos com efeito estimulante para o cérebro e o corpo, podem facilitar os estudos e o trabalho, e nos ajudam a ter mais energia durante o dia.

Ingredientes

50% óleo de girassol (50g)

29% manteiga de cacau (29g)

18% cera de carnaúba (18g)

0,5% óleo essencial de limão siciliano LFC* (0,5g)

1% óleo essencial de alecrim (1g)

1% óleo essencial de cipreste (1g)

0,5% antioxidante (0,5g)

**Verifique se o seu óleo essencial de limão siciliano é LFC, essa indicação quer dizer que o produto é "livre de furanocumarinas". As furanocumarinas são substâncias responsáveis pela fotossensibilidade de alguns óleos essenciais cítricos. Nos produtos LFC, essa substância é retirada e o produto está apto para ser usado, mesmo mediante exposição solar.*

Modo de preparo

1. Adicione o óleo, a manteiga e a cera em um recipiente de vidro ou inox e leve para o banho maria, em fogo baixo, até que a cera esteja completamente dissolvida.
2. Retire do fogo e adicione imediatamente os óleos essenciais e o antioxidante, antes de esfriar e endurecer.
3. Coloque em um recipiente de balm ou bastão e espere endurecer para usar.

Como usar: Retire um pequeno pedaço do perfume com uma espátula. Aqueça com as mãos e aplique o pescoço, nos braços e onde desejar.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.9

PERFUME ROLL ON PARA AUTOCUIDADO

O perfume roll on para autocuidado melhora a relação interna e nos desperta para o autoconhecimento e autocuidado. Nos ajuda a apreciar a própria companhia e a reconhecer as necessidades e prioridades do corpo e da mente.

Ingredientes

97% óleo de amêndoas (97g)

0,5% óleo essencial de erva doce (0,5g)

1% óleo essencial de gerânio (1g)

1% óleo essencial de pimenta rosa(1g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco roll on (tipo gloss) ou conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nos pulsos, nos pescoço e onde preferir.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.6.10

PERFUME ROLL ON PARA CONCENTRAÇÃO

O perfume para concentração pode te ajudar a ter mais foco e disciplina. Os aromas de algumas plantas medicinais ativam nossas funções cognitivas e facilitam atividades como estudo e trabalho, é o caso do capim limão, do cedro e da manjerona, que estão presentes nesta formulação.

Ingredientes

97% óleo de gergelim (97g)

0,5% óleo essencial de capim limão (0,5g)

1% óleo essencial de manjerona (1g)

1% óleo essencial de cedro (1g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco roll on (tipo gloss) ou conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nos pulsos, nos pescoço e onde preferir.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.7

Saúde bucal

A correta escovação dos dentes, o uso de enxaguantes com óleos essenciais e plantas antibacterianas e uma limpeza semanal com óleos vegetais, pode nos garantir uma ótima saúde bucal e a preservação dos dentes e gengivas.

Ingredientes como aloe vera, óleo de coco, cúrcuma, óleos essenciais de cravo, hortelã e melaleuca cuidam do ambiente oral, auxiliando no fortalecimento dos tecidos e na eliminação de organismos invasores e causadores de doenças.

7.7.1

CREME DENTAL

Esse creme dental limpa os dentes e a boca de forma eficaz. Deixa o hálito fresco e previne cáries, gengivite e halitose. É livre de flúor e auxilia no clareamento dos dentes. A glicerina auxilia na proteção do esmalte dos dentes e deixa o creme dental com um gosto doce.

Ingredientes

50% hidrolato de hortelã pimenta (50g)
20% dolomita (20g)
20% glicerina (20g)
6% óleo de coco (6g)
2% betaína (2g)
0,5g goma xantana (0,5g)
0,5g óleo essencial cravo (0,5g)
0,5g conservante (0,5g)
0,5g antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Misture o hidrolato e a dolomita.
2. Misture a glicerina, o óleo de coco, a betaína, a goma xantana, o óleo essencial, o conservante e o antioxidante.
3. Adicione todos os ingredientes em um recipiente e mexa até obter uma mistura homogênea.

Como usar: Aplique uma pequena quantidade na escova de dentes e faça a escovação. Use até 3 vezes ao dia.

7.7.2

GEL DENTAL DE ALOE VERA

Gel dental para ser usado na escovação diária. Trata inflamações na boca e tem efeito refrescante. É formulado com polpa de aloe vera, que equilibra a saúde bucal.

Ingredientes

40% infusão de alecrim (40g)

35% polpa de aloe vera (35g)

20% glicerina (20g)

2% decil glucosídeo (2g)

0,5% goma xantana (0,5g)

0,5% óleo essencial de eucalipto (0,5g)

0,5% óleo essencial laranja doce (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Colha e separe a folha de aloe vera. Deixe a planta com a ponta para cima até que escorra completamente o líquido amarelo (aloína) liberado pela planta na hora da colheita.
2. Corte as laterais e a casca de cima da folha. Retire a polpa transparente com uma colher ou garfo.
3. Separe 35g desta polpa.
4. Adicione a polpa de aloe vera, a infusão, e glicerina e o decil glucosídeo em um recipiente e bata com um mixer.
5. Dilua a goma xantana na glicerina e adicione os óleos essenciais, o conservante e o antioxidante.
6. Misture todos os ingrediente, misture até obter uma formulação homogênea e envase.

Como usar: Aplique uma pequena quantidade na escova de dentes e faça a escovação. Use até 3 vezes ao dia.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.7.3

ENXAGUANTE BUCAL

Enxaguante bucal para combater halitose e remover impurezas da boca que não foram retiradas na escovação.

Ingredientes

70% infusão de curcuma (70g)

10% glicerina vegetal (10g)

18% álcool de cereais (18g)

0,5% óleo essencial de melaleuca (0,5g)

0,5% óleo essencial de hortelã (0,5g)

0,5% conservante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em uma garrafa de vidro âmbar, agite por aproximadamente 5 minutos e deixe descansar.

Como usar: Use após a escovação: bochechar 10-20ml do enxaguante por 5 minutos.

7.7.4

ÓLEO BUCAL AYURVÉDICO

Este é um enxaguante bucal utilizado na Ayurveda para a técnica de oil pulling, que consiste no bochecho de óleos vegetais para uma completa limpeza bucal. O oil pulling poderá auxiliar na redução do mau hálito e remover placas bacterianas.

Ingredientes

99% óleo de coco (99g)

0,5% óleo essencial tomilho (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o óleo de côco e o óleo essencial em um potinho de vidro e mexa com uma espátula de madeira até que o óleo essencial se dilua completamente na fórmula.

Como usar: Para fazer o oil pulling, você deverá bochechar o equivalente a uma colher de sopa de óleo, entre 10 e 20 minutos pela manhã.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8

Óleos e pomadas

Os óleos corporais e pomadas são produzidos com óleos vegetais e óleos essenciais. Eles podem ser usados para proteger a pele e o cabelo e para massagens relaxantes. Escolha os óleos vegetais de sua preferência e preparar uma sinergia com óleos essenciais de acordo com suas necessidades. A utilização diária de óleos vegetais na pele potencializa a capacidade de regeneração e defesa das células e nutre o manto hidrolipídico.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.1

ÓLEO CORPORAL PÓS BANHO

Óleo para repor a camada lipídica da pele e prevenir o aspecto ressecado após o banho. Deixa um toque suave e sensação de pele protegida.

Ingredientes

98% óleo de semente de uva (98g)

0,5% óleo essencial de lavanda (0,5g)

0,5% óleo essencial sândalo (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplicar no corpo após os banho para proteger a pele e amaciar a pele.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.2

ÓLEO DE MASSAGEM

Óleo de massagem para facilitar o deslizamento das mãos com ativos terapêuticos. O óleo essencial de alecrim usado na formulação tem efeito analgésico e estimula a circulação .

Ingredientes

98% óleo de maracujá (98%)

0,5% óleo essencial de alecrim (0,5%)

0,5% óleo essencial de cipreste (0,5%)

0,5% antioxidante (0,5%)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nas mãos e massageie o corpo.

7.8.3

ÓLEO CALMANTE

O óleo calmante proporciona um momento de bem estar e relaxamento e deixa a pele com a aparência macia e sedosa. Auxilia na prevenção de estrias e fortalece a pele.

Ingredientes

98% óleo de amêndoas (98%)

0,5% óleo essencial de capim limão (0,5%)

0,5% óleo essencial de erva doce (0,5%)

0,5% antioxidante (0,5%)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nas mãos e massageie o corpo. Pode ser usado após o banho ou em qualquer momento do dia.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.4

ÓLEO ÍNTIMO

Óleo íntimo com ação suave, que será usado para massagens locais, para regular a lubrificação de mulheres na menopausa e para prevenir ressecamento e irritações. O óleo também possui propriedades afrodisíacas.

Ingredientes

98% óleo de gergelim (98%)

0,5% óleo essencial de ylang ylang (0,5%)

0,5% óleo essencial de patchouli (0,5%)

0,5% antioxidante (0,5%)

Modo de preparo

1. Adicione todos os ingredientes em um frasco de vidro com conta gotas, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nas mãos e massageie a região íntima.

Observação: Não usar durante a relação sexual com preservativo de látex, pois pode haver a ruptura do material. O uso com preservativo de silicone é seguro.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.5

POMADA CICATRIZANTE

Pomada cicatrizante que auxilia na recuperação da pele após cortes, ferimentos, queimaduras e picadas de inseto.

Ingredientes

38% oleato de calêndula (38g)

20% óleo de copaíba (20g)

20% manteiga de karité (20g)

20% cera carnaúba (20g)

0,5% óleo essencial melaleuca (0,5g)

0,5% óleo essencial palmarosa (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione o oleato, o óleo vegetal, a cera e a manteiga em banho maria.
2. Desligue o fogo quando a cera e manteiga estiverem completamente dissolvidas.
3. Adicione os óleos essenciais e o antioxidante, mexa bem e armazene em pote com tampa.

Como usar: Aplique em ferimentos próximo da fase cicatrização para prevenir manchas.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.6

POMADA ANTI INFLAMATORIA

Pomada para aliviar irritações e auxiliar no tratamento de inflamações da pele. Tem ação calmante e beneficia portadores de dermatite, psoríase e alergias.

Ingredientes

58% oleato de erva baleeira (58%)
10% óleo de rosa mosqueta (10%)
10% manteiga de cacau (10%)
20% de cera de arroz (20%)
0,5% óleo essencial de mirra (0,5%)
0,5% óleo essencial de camomila (0,5%)
0,5% antioxidante (0,5%)

Modo de preparo

1. Adicione o oleato, o óleo vegetal, a cera e a manteiga em banho maria.
2. Desligue o fogo quando a cera e manteiga estiverem completamente dissolvidas.
3. Adicione os óleos essenciais e o antioxidante, mexa bem e armazene em pote com tampa.

Como usar: Aplique no local afetado até 3x ao dia.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.8.7

POMADA REFRESCANTE

A pomada refrescante é uma ótima receita para o verão, porque refresca a pele e suaviza picadas de insetos. Tem efeito expectorante e melhora a respiração.

Ingredientes

68% oleato de citronela (68%)

10% manteiga de cupuaçu (10%)

20% cera de candelila (20%)

0,5% óleo essencial de hortelã pimenta (0,5%)

0,5% óleo essencial de eucalipto (0,5%)

0,5% antioxidante (0,5%)

Modo de preparo

1. Adicione o oleato, a cera e a manteiga em banho maria.
2. Desligue o fogo quando a cera e manteiga estiverem completamente dissolvidas.
3. Adicione os óleos essenciais e o antioxidante, mexa bem e armazene em pote com tampa.

Como usar: Aplique no corpo ou próximo do nariz para abrir as vias respiratórias.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.9

Batom e protetores labiais

O batom é o produto de maquiagem mais usado no mundo, mas em sua composição podemos encontrar materiais tóxicos, como o chumbo e alguns derivados de petróleo. Para sanar esse problema, você pode fazer o seu batom natural em casa a partir de pigmentos vegetais, como o urucum ou pigmentos minerais.

Com ingredientes naturais, também é possível fabricar *lipbalms* e outros produtos para a proteção dos lábios.

7.9.1

POMADA REFRESCANTE

A pomada refrescante é uma ótima receita para o verão, porque refresca a pele e suaviza picadas de insetos. Tem efeito expectorante e melhora a respiração.

Ingredientes

50% óleo de gergelim (50g)

25% manteiga karité (25g)

20% cera carnaúba (20g)

2% óxido de ferro vermelho (2g)

2% dolomita (2g)

0,5% óleo essencial de gerânio (0,5g)

0,5% oleoresina de alecrim (0,5g)

Modo de preparo

1. Separe o óleo de gergelim, a manteiga e a cera e leve para o banho maria em fogo baixo até que todos os ingredientes estejam completamente dissolvidos.
2. Retire do fogo e adicione os demais ingredientes imediatamente, antes de esfriar e endurecer.
3. Envase com agilidade e aguarde o produto ficar sólido.

Como usar: Aplique nos lábios. Caso o produto esteja em um recipiente de *balm*, retire o conteúdo da embalagem com uma espátula.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.9.2

BATOM DE URUCUM

O batom de urucum protege e tonifica os lábios e possui uma cor que pode variar do vermelho ao laranja.

Ingredientes

50% óleo de linhaça (50g)

25% cera de arroz (25g)

20% de manteiga de cacau (20g)

4% de sementes de urucum (4g)

0,5% óleo essencial de alecrim (0,5g)

0,5% antioxidante (0,5g)

Modo de preparo

1. Macere as sementes de urucum junto ao óleo de linhaça, quando o óleo estiver completamente vermelho, coe e separe o líquido.

2. Adicione este óleo junto à manteiga e a cera e leve para o banho maria.

3. Quando a manteiga e a cera estiverem completamente dissolvidas, adicione o óleo essencial e o antioxidante e envase em recipiente de balm ou batom.

Como usar: Aplique nos lábios. Caso o produto esteja em um recipiente de balm, retire o conteúdo da embalagem com uma espátula.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.9.3

GLOSS LABIAL

Gloss labial com efeito brilhante nos lábios.

Ingredientes

97,5% óleo de pracaxi (97,5g)

1,5% óxido de ferro bordô (1,5g)

0,5% dióxido de titânio (0,5g)

0,5% oleoresina de alecrim (0,5g)

Modo de preparo

Adicione todos os ingredientes em um recipiente de gloss, tampe e agite por alguns minutos.

Como usar: Aplique nos lábios.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.9.4

LIPBALM REFRESCANTE

Lipbalm ou protetor labial com efeito refrescante e ação tônica e emoliente para os lábios. Previne rachaduras e deixa um aspecto bonito na boca.

Ingredientes

50% manteiga de karité (50g)

34% óleo de abacate (34g)

15% cera carnaúba (15g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de hortelã pimenta (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a manteiga, o óleo e a cera em um panela de agata, inox ou cerâmica, e leva ao fogo baixo em banho maria.
2. Quando todos os ingredientes estiverem derretidos, retire do fogo, adicione rapidamente o óleo essencial e o antioxidante e mexa bem.
3. Adicione a mistura em um recipiente de balm ou batom e espere esfriar e endurecer.

Como usar: Aplique nos lábios quando eles estiverem ressecados ou sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

7.9.5

MANTEIGA DE CACAU PARA OS LÁBIOS

A manteiga de cacau para os lábios é um produto que fez parte da minha infância e eu adorava o cheirinho de chocolate. É um ótima opção para manter os lábios protegidos durante o inverno e para revitalizar lábios sensíveis e ressecados.

Ingredientes

50% manteiga de cacau (50g)

34% óleo de amêndoas (34g)

15% cera de arroz (15g)

0,5% antioxidante (0,5g)

0,5% óleo essencial de sândalo (0,5g)

Modo de preparo

1. Adicione a manteiga, o óleo e a cera em um panela de agata, inox ou cerâmica, e leva ao fogo baixo em banho maria.
2. Quando todos os ingredientes estiverem derretidos, retire do fogo, adicione rapidamente o óleo essencial e o antioxidante e mexa bem.
3. Adicione a mistura em um recipiente de balm ou batom e espere esfriar e endurecer.

Como usar: Aplique nos lábios quando eles estiverem ressecados ou sempre que quiser.

Livro Digital //

Cosméticos Naturais:
Faça você mesma!

capítulo 8

Advertências!

- As técnicas, preparos e matérias primas apresentadas no livro não substituem nenhum medicamento e orientação médica ou dermatológica profissional.
- Caso haja alguma reação alérgica na pele com uso das substâncias indicadas, suspenda o uso imediatamente e procure um dermatologista.
- Faça sempre o teste de alergia antes de utilizar qualquer substância nova no seu corpo. O teste pode ser feito aplicando uma pequena quantidade do material na parte interna no braço, no pescoço e nas axilas. Caso note algum sintoma como coceira ou vermelhidão, não use a substância.
- Verifique a origem dos ingredientes e peça o laudo das matérias primas, sempre que possível.
- Os produtos ensinados no livro são para uso tópico e nunca deverão ser ingeridos oralmente.
- Não nos responsabilizamos pelo mau uso das informações e técnicas descritas no material.

Gratidão

Esse material foi feito com muito amor, porque sei que quanto mais pessoas fazem cosméticos em casa, maior é o benefício para natureza.

Você pode me ajudar compartilhando e acompanhando nosso trabalho no Instagram.

Estamos aqui para ajudar!

Ah! E não esqueça de compartilhar com a gente os produtos feitos por você.
Vamos amar acompanhar a sua produção

@perfumariadaservas //
www.perfumariadaservas.com



Cursos Digitais //

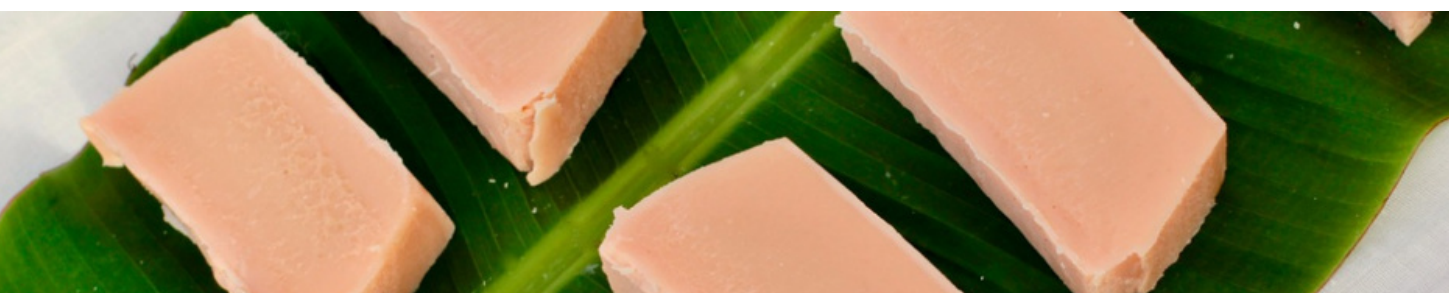
Iniciação a
cosmetologia natural caseira

FAÇA VOCÊ MESMA!

Gostou desse livro digital!?

Conheça outros cursos
de cosmetologia natural
feito por nós no site:
www.perfumariadaservas.com

Instagram @perfumariadaservas



Saboaria Artesanal Natural



Extratos
fitoterápicos



Cremes e
emulsões



Desodorantes
Naturais



Cuidados com a
pele do rosto



Cosméticos
capilares