

## MEDICINA POPULAR: TRATAMENTOS ESTÉTICOS

**Elizabett Regina Svidzikievicz- Faculdade Campo Real**

Elizabett.svidzikievicz.biomed@gmail.com

**Prof. Dr. Durinézio José de Almeida-Faculdade Campo Real**

durinezio@gmail.com

### Resumo

A preocupação com o envelhecimento cutâneo esteve presente nas sociedades ao longo dos séculos, aumentando a criação de inúmeros cremes e máscaras. Com o crescimento das mídias sociais esta muito fácil se conectar com pessoas do mundo inteiro e saber como elas cuidam da pele e trocar experiências, de certa forma isso aumentou a produção de cosméticos artesanais e naturais. Este trabalho tem como função principal mostrar como as pessoas de vários países cuidam de sua pele com receitas caseiras de beleza. As receitas foram retiradas de blogs e sites de vários países.

**Palavras-chave:** Estética, tratamento, máscaras faciais.

### Abstract

The concern with cutaneous aging has been present in societies throughout the centuries, increasing the creation of numerous creams and masks. With the growth of social media, it is very easy to connect with people around the world and know how they take care of their skin and exchange experiences, to a certain extent increased the production of handmade and natural cosmetics. This work has as main function to show how the people of several countries take care of their skin with homemade recipes of beauty. The recipes were taken from blogs and websites from various countries.

**Keywords:** Aesthetics, treatment, facial masks.

## Introdução

Pode se dizer que foi a rainha Cleópatra que mais ilustrou o início do desenvolvimento de cosméticos com o uso de plantas e metais em pó como ouro e chumbo para tratamentos estéticos e para maquiagens. O povo egípcio passou a herança de embelezamento para os gregos, estes desenvolveram um refinado cuidado estético e dedicavam isso a Deusa Afrodite (deusa do amor e da beleza corporal). Na idade média a personalidade da mulher foi apagada, elas não podiam se preocupar com a aparência física, mas apenas com a alma. Os cuidados estéticos passaram a ser ofensivos perante a sociedade<sup>15</sup>.

Com a cultura Renascentista a figura da mulher foi novamente valorizada, a grande atividade social obrigou o cuidado pessoal esmerado. Depois de algumas décadas começou o desenvolvimento da alquimia, e o descobrimento de compostos químicos e formas de extração de princípios ativos aumentou a produção de cosméticos. A preocupação com o envelhecimento cutâneo esteve presente nas sociedades ao longo dos séculos, aumentando a criação de inúmeros cremes e máscaras<sup>49</sup>.

Com o crescimento das mídias sociais está muito fácil se conectar com pessoas do mundo inteiro e saber como elas cuidam da pele e trocar experiências, de certa forma isso aumentou a produção de cosméticos artesanais e naturais. Não apenas pela crise financeira que abala grande parte dos países, mas também porque a maioria das pessoas está preocupada com o meio ambiente e com a saúde e com o que é colocado no corpo diariamente, desta forma preferem usar ingredientes naturais e fórmulas caseiras. Este trabalho tem como função principal mostrar como as pessoas pelo mundo cuidam de sua pele com receitas caseiras de beleza. As receitas foram retiradas de blogs e sites de vários países.

## **Desenvolvimento**

### **China**

Republica Popular da China, é o maior e mais populoso país da Ásia, socialista com cerca de 9,6 milhões de quilômetros quadrados. A cultura oriental é conhecida por seu cuidado com a saúde. Pra eles o individuo como um todo é parte do universo. O individuo é constituído por energias do céu e da terra que devem estar em equilíbrio. Por este motivo preferem alimentação saudável e praticas como: acupuntura, farmacopeia, o tai chi chuan, e o qi gong. Os orientais, principalmente s mulheres gostam de ter sua pele sempre limpa e bem tratada<sup>35</sup>.

### **Máscara de arroz**

Sabemos que o arroz é um dos cereais mais consumidos no mundo. Além de ser uma excelente fonte energia, é composto principalmente por amido. Na camada externa do grão é encontrados lipídios, proteínas, vitaminas, fibras e minerais, no centro do grão é encontrado grande quantidade de amido. No arroz podemos encontrar vitaminas como o retinol, tiamina, riboflavina, niacina, biotina, ácido fólico, entre outras. Este grão tem ação antioxidante, ajudando na prevenção do envelhecimento das células, nas doenças cardiovasculares e câncer. O arroz também pode ser usado com outras finalidades, como um para limpeza, desintoxicação, hidratação e clareamento da pele<sup>55</sup>.

A forma de usar é simples: Em uma tigela despejar uma xicara de arroz orgânico e cobrir com água pura. Deixar descansando por 20 minutos, depois de este tempo retirar a água e armazenar em um vidro. Para a aplicação a face precisa estar limpa. Aplicar com ajuda de um algodão, a aplicação pode ser feita duas vezes ao dia, antes de dormir e ao acordar<sup>51</sup>.

Outro tratamento de beleza caseiro que pode ser feito com o arroz orgânico é uma máscara restauradora. Para este procedimento deve ser feito da seguinte forma: Cozinhar três colheres de arroz orgânico até que este fique macio. Em uma tigela misturar o arroz com uma colher de leite morno e uma colher de mel. O rosto limpo e de preferência esfoliado. A esfoliação pode ser feita com açúcar cristal. Aplicar a

máscara em todo o rosto e deixar agir durante trinta minutos. Depois de este tempo lavar a face com água<sup>51</sup>.

O leite é composto por gordura, minerais, lactose e proteínas. Tem ação antimicrobiana, antiviral e ação ini

bitória em células cancerígenas. Pesquisas mostram que o leite atua protegendo o sistema cardiovascular e é muito benéfico para quem pratica atividade física. Nos tratamentos faciais é usado principalmente para hidratação<sup>52</sup>.

A utilização do mel como produto fitoterápico vem de séculos atrás. A composição química e física do mel varia conforme sua origem. É considerado um produto de baixo risco toxicológico, muito usado em estudos como agente antibiótico anti-inflamatório, anticâncer, antibacteriano, antimicrobiano, energético, bioestimulante, cicatrizante, emoliente e depurativo<sup>4</sup>.

## **Índia**

Oficialmente República da Índia, é um dos países da Ásia. Sua capital é Nova Délhi, é o segundo país mais populoso e foi colonizado pelo Reino Unido em meados do século XIX. A Índia é conhecida no mundo por sua riqueza comercial e cultural, pois tem uma grande diversidade. Com pele lisa e quase sem rugas e com cabelos brilhantes, seus habitantes possuem características singulares que fazem com que sejam reconhecidos mundialmente. Isso se deve principalmente por suas tradições e receitas caseiras de beleza<sup>16</sup>.

As mulheres usam abundantemente óleo de coco para hidratação da pele e do cabelo, também gostam de usar cúrcuma e manjeriço ambos misturados com mel. Para hidratação facial e prevenção de rugas. Banhos de leite também fazem parte do seu “ritual de beleza”. Outro ingrediente que muitas mulheres indianas usam são as máscaras de flores. Sendo muito simples de fazer.

## **Máscara de lótus e amêndoa**

Basta misturas seis pétalas de lótus secas (em pó) com uma colher de óleo de amêndoa ou pasta de amêndoas. Aplicar em todo o rosto, aguardar de vinte a trinta minutos e retirar a máscara lavando com água pura<sup>31</sup>.

O lótus ou *Nelumbo nucifera* é uma planta da família *Nelumbonaceae*. É uma planta aquática, as flores são encontradas em hastes que acima da água, podem crescer 150 cm em extensão horizontal e até 5 metros verticalmente. Estudos mostram que o lótus consegue regular a temperatura de suas flores mesmo quando a temperatura ambiente diminui. As Flores desta planta possuem potente atividade antiplaquetária e antioxidante<sup>26</sup>.

Além de ser um alimento muito saboroso e nutritivo a amêndoa têm aproximadamente em sua composição 20% de carboidratos, 51% de lipídeos, 21% de proteínas, 12% de fibras e vitaminas. O nome científico é *Prunus dulcis* da família das *Rocaceae*. Para fins estéticos a amêndoa é usada como hidratante e emoliente<sup>33</sup>.

## **Máscara de rosas**

Outra receita é a mistura de duas colheres de pétalas de rosa que foram secas ao sol, com duas colheres de trigo cozido e um pouco de iogurte, até formar uma pasta. Aplicar em toda a face aguarde de vinte a trinta minutos e lave com água pura<sup>31</sup>.

As rosas estão entre as plantas mais antigas cultivadas, são conhecidas pela sua beleza e seu perfume. O nome científico é *Rosa* é da família das *Rocaceae*. Ao longo dos séculos as rosas são utilizadas como medicamentos, alimento e como símbolo de maior beleza. São ricas em tanino, este tem propriedades adstringentes, também são compostas de carotenos, pectina, D-sorbitol, vitamina C e ácidos málico e cítrico<sup>14</sup>.

O trigo faz parte da família *Poaceae*, ocupa o primeiro lugar em consumo mundial de cereais. É composto por proteínas como: albuminas, gluteninas, globulinas, entre outras, lipídeos, carboidratos e fibras<sup>30</sup>.

## **Alemanha**

Este país é um Estado Federativo, ou seja, é mais do que um sistema de Estados. É uma estrutura cultural e econômica descentralizada, os governos estaduais participam diretamente nas decisões do Conselho Federal. A Alemanha encontra-se no centro da Europa e faz divisa com nove países, é o quarto maior país da União Europeia. Este país é conhecido como a terra dos poetas e pensadores, também por sua culinária, chopp e futebol. Mas o que poucos sabem como é interessante a forma que as mulheres cuidam da pele<sup>7</sup>.

### **Máscara de pêssego e queijo cottage**

Para pele desidratada e cansada uma máscara muito indicada é a de pêssego, queijo cottage e farinha. Esta receita tem como intuito hidratar e suavizar a pele. Basta esmagar o pêssego misturar com uma colher de queijo cottage e um pouco de farinha. Plicar a mistura em todo o rosto aguardar quinze minutos e lavar com água morna<sup>44</sup>.

O pêssego (*Prunus persica L.*) é rico em antioxidantes, além de ser rica carotenoides, contém aminoácidos e sais minerais, além de ser rico em frutose, glicose e sacarose, pró- vitamina A e alfa-hidroxiácidos<sup>27</sup>.

Os queijos são produzidos e consumidos há pelos 7.000 a. c. O processo básico de fabricação da maioria dos queijos é o mesmo, mas a origem do leite, as técnicas e o tempo de maturação criaram cerca de 1.000 tipos. O queijo é composto por proteínas, carboidratos, minerais, lipídeos, cálcio, fósforos e vitaminas. A cottage é uma coalhada fresca, cremosa e pouco ácida. Tem cerca de 4% de gordura<sup>46</sup>.

### **Máscara de coalhada com laranja**

Elas fazem também uma de coalhada de laranja. A coalhada é para fornecer gordura, proteínas e minerais, a laranja fornece vitaminas, o azeite para hidratação. Esmagar uma

laranja e acrescentar três colheres de coalhada e uma colher de azeite de oliva para formar uma pasta. Distribuir pela face e esperar quinze minutos, depois deste tempo retirar a máscara lavando com água pura e morna<sup>44</sup>.

Laranja ou *Citrus sinensis* é da família *Rutaceae*. A laranjeira é uma árvore de porte médio e origem asiática, suas flores são pequenas e brancas e aromáticas. Os frutos são geralmente de cor amarela. Na sua composição pode ser encontrado água, proteínas, carboidratos, fibras, cálcio, magnésio, fósforo, potássio e vitaminas, principalmente vitamina C. Esta desempenha papel fundamental para a saúde, pois esta envolvida na regeneração celular e também podem retardar ou prevenir as lipoproteínas de baixa densidade (LDL), conseqüentemente impedindo a formação de placa ateromatosa<sup>9,20</sup>.

A oliveira (*Olea europaea L.*) proveniente da família *Oleaceae*, tem sido utilizada desde pelo menos 3.000 a. c. devido a seu sabor e odor característico. O fruto maduro da oliveira pode ser consumido ou utilizado na extração de azeite de oliva (AO), devido ao processo de extração o azeite é considerado um produto natural e de alta qualidade. Este produto é conhecido mundialmente, pois é empregado na dieta do mediterrâneo, a ciência reconhece que o azeite de oliva é um fator protetor de doenças como acidente vascular cerebral (AVC), infarto, Alzheimer, e câncer. O AO tem grande quantidade de antioxidantes, vitamina A, vitamina E que auxilia no controle do colesterol, glicose sanguínea, e pressão arterial<sup>41,45</sup>.

## **Grécia**

Oficialmente República Helênica, esta localizada no cruzamento da Europa, Ásia, África e Oriente Médio. Tem cerca de 11 milhões de pessoas. E a sua capital é Atena. Desde a Grécia antiga as mulheres usam produtos naturais para cuidar da pele<sup>5</sup>.

## **Máscara de pepino e iogurte**

Há algumas receitas que podem ser mencionadas neste trabalho como a mistura de meio pepino triturado no liquidificador com meio copo de iogurte natural.

Aplicar em todo o rosto e deixar agir por dez minutos, depois de este tempo retirar a máscara lavando com água pura e morna<sup>1</sup>.

### **Máscara de mel, limão e abacate**

Outra máscara é feita com duas colheres de mel, suco de meio limão e um abacate amassado, passar a mescla destes ingredientes na face e deixara agir durante vinte minutos. Enxaguar com água morna e depois água de rosas<sup>1</sup>.

O limão é um fruto pertencente à família *Rutácea*. A árvore tem porte médio, com frutos geralmente de cor amarelo claro e teor ácido, esta fruta é um antioxidante natural. É rico em ácido ascórbico que impede danos decorrentes ao estresse oxidativo nas células e tem efeito anti-inflamatório. A vitamina C combate os sinais de envelhecimento cutâneo de diferentes maneiras, pois possui atividade antioxidante, despigmentante, fotorrejuvenescedor, diminuindo as rugas<sup>37</sup>.

O fruto do abacateiro, pertence à família *Lauraceae*, seu nome científico é *Persea americana Mill*, muito nutritivo e saboroso, sendo a polpa a principal parte utilizada. É nativo da América do Sul, tem mais de 30% de gordura, rico em açúcares, proteínas, vitaminas e minerais. Por este motivo tem grande quantidade de antioxidantes<sup>24</sup>. Popularmente é usado em tratamentos estéticos como emoliente e hidratante.

### **Noruega**

A Noruega tem uma área de 324 mil Km<sup>2</sup> e esta localizada ao norte do continente Europeu. Sua população é de aproximadamente 5,15 milhões e seu sistema de governo é uma Monarquia Constitucional Parlamentarista. A expectativa de vida é uma das mais altas do mundo, atingindo 81,5 anos<sup>17</sup>.

### **Máscara de aveia**

Como a temperatura do país não são é muito altas seus habitantes usam muitas receitas caseiras para cuidar da pele, para que não resseque. Pode ser citado, por exemplo, a máscara feita com uma colher de aveia, uma colher de mel, uma colher de

suco de maçã e uma colher de amêndoas esmagadas. Os ingredientes devem ser todos misturados e aplicados no rosto, depois de vinte minutos retirar a máscara com água pura<sup>12</sup>.

A aveia (*Avena L.*) é um cereal muito utilizado na alimentação humana e animal proveniente da família *Gramineae*. Estudos mostram que a veia tem grande participação na prevenção de doenças cardiovasculares (DCV), reduzindo o LDL e a glicose sanguínea<sup>47</sup>. As mulheres comumente utilizam a aveia em hidratação facial, para restaurar e suavizar o tecido cutâneo.

A maçã (*Malus domestica*) é um pseudofruto da família *Rosaceae*, estudos mostram que possuem propriedades benéficas no combate a doenças não transmissíveis<sup>48</sup>. Na medicina popular é usada como adstringente para peles oleosas.

### **Máscara de cacau**

Há outra receita que os noruegueses gostam de fazer é a máscara de cacau, esta é feita com 1/3 copo cacau em pó, três colheres de queijo cottage ¼ copo de mel e três colheres de farinha de aveia, depois de feita a mistura de todos os ingredientes e passar na face deve-se esperar quinze minutos para retirar e lavar<sup>12</sup>.

O cacauieiro (*Theobroma cacao*) da origem ao cacau, originário da América Central e do Sul. Árvore arbórea, cultivada em clima tropical e úmido. O chocolate é o produto feito a partir das amêndoas do cacau torrado e moído. Existem três variedades de cacau, forastero, criollo e trinidário. São compostos por aproximadamente 55% de gordura e o processo acontece da seguinte forma: fermentação, secagem, limpeza das sementes, torrefação, trituração. Então se obtém a massa ou licor de cacau. Os polifenóis presentes no cacau tem potente ação antioxidante na proteção do DNA das células, anti-inflamatório, anticarcinogênico, antiaterogênico, antitrombótico, antimicrobiano e analgésico. Também tem efeito antienvhecimento promovem a cessação de eritema causado pela radiação UV, reduzindo as marcas de expressão na pele<sup>39</sup>.

### **França**

Localizada na Europa Ocidental a República Francesa possui uma área de 543.965 Km<sup>2</sup> e 67.425.000 habitantes. A capital é Paris a cidade luz, pois durante séculos as mentes mais brilhantes fizeram de Paris sua morada. Pintores, escultores, músicos, inventores como Van Gogh, Picasso, Chopin entre tantos outros<sup>25</sup>.

### **Máscara de açafrão**

As francesas são muito elegantes, sempre preocupadas com a beleza e para isso elas usam receitas que aprenderam com suas mães e avós, receitas passadas de geração em geração. Uma que pode ser citada neste trabalho é a máscara de açafrão. Para isso é necessário fazer uma mescla com uma colher de farinha de arroz, uma colher de açafrão em pó, uma colher de óleo de coco e duas colheres de leite. A mistura deve ser aplicada sobre o rosto por vinte minutos e depois lavar o rosto com água morna<sup>40</sup>.

O Açafrão (*Curcuma longa* L.) é um condimento muito utilizado por sua cor e sabor característico. Pertence à família *Zingiberaceae* originária da Ásia, o pó é retirado da raiz da planta. Vários estudos tem demonstrado atividade antimicrobiana, antioxidante e medicinal, reduzindo a incidência de câncer. Em tratamentos estéticos é popularmente usada para combater a acne<sup>38</sup>.

O coqueiro (*Cocos nucifera*) membro da família *Arecaceae* produz o coco, tem uma casca fibrosa e uma poupa macia. Seu óleo possui: Acetovanilona, vitaminas, celulose, fitosterol, inositol, tocoferol e vanilina. Tem sido usado em dietas, pois, reduz a relação LDL:HDL, aumento do HDL-C e redução da circunferência abdominal<sup>23</sup>. Em fins estéticos é aplicado para hidratação.

### **Máscara de café**

Outro tratamento que chamado de máscara desintoxicante é feita com duas colheres de café, duas colheres de iogurte natural e uma colher de mel, os ingredientes devem ser misturados até formar uma pasta e esta deve ser passada pela face, deixando agir por dez minutos. Depois deste tempo o rosto deve ser lavado com água morna em movimentos circulares para promover uma leve esfoliação<sup>3</sup>.

O café é feito a partir das sementes torradas do cafeeiro (*Coffea sp.*) um arbusto pertencente a *Rubiaceae*, é uma das bebidas mais consumidas no mundo. A composição química do café tem variáveis como genética, época de colheita, manipulação, conservação dos grãos, torrefação e armazenamento. Com tudo pode se dizer além dos nutrientes, esta bebida é rica em cafeína, ácidos clorogênicos, diterpenos cafestol e *kahweol*. Sendo que o consumo moderado traz efeitos benéficos à saúde humana, principalmente ao sistema cardiovascular<sup>36</sup>. No conhecimento popular o café é utilizado nos tratamentos faciais para clarear, regenerar o tecido cutâneo e estimular a circulação sanguínea.

## **Brasil**

Oficialmente República Federativa do Brasil tem a área de 8.515.767. 049 Km<sup>2</sup> a mais extensa da América Latina, totalmente habitável, o que não ocorre, por exemplo, no Canadá, China, Austrália ou Rússia que também são países com grande território. A capital é Brasília. Faz fronteira com dez países e tem quatro fuso horário diferentes em todo o território. O Brasil é conhecido mundialmente por sua grande biodiversidade, pois em um único país há o Cerrado, o Pantanal, a Caatinga, a Mata Atlântica, os Campos Sulinos, a Amazônia brasileira, a Zona Costeira e Marinha. Todos os ecossistemas brasileiros possuem grande importância para a estabilidade ambiental do planeta. A Amazônia, por exemplo, além de sua grande riqueza natural abriga um conjunto expressivo de povos indígenas e ribeirinhos, todos com suas crenças e tradições. Muito do que se conhece das plantas e suas utilizações foram descobertas pelos índios e passadas ao longo dos anos até chegarmos ao conhecimento atual<sup>18,50</sup>.

## **Máscaras para peles desidratadas**

Para manter a pele hidratada pode ser utilizada uma receita com erva doce. É necessária uma colher de semente de erva doce, uma colher de folhas de erva doce esmagadas e uma xícara de iogurte natural, os ingredientes devem ser misturados ficarem homogêneos. A máscara deve ser aplicada em todo o rosto por vinte minutos. Então lavar com água morna. Outro hidratante que pode ser feito em casa é a mistura de meio mamão papaia meio verde com três colheres de mel. Este deve permanecer no rosto por vinte minutos e ser retirado com água fria<sup>10</sup>.

Erva doce (*Pimpinella anisum*) da família *Apiaceae*. A fruta tem sabor aromático forte e odor intenso, tem forma de semente unida por pistilos. Atua no sistema respiratório e digestivo, possui efeito dilatador e aumenta a circulação sanguínea<sup>54</sup>. Na pele tem efeito calmante e tonificante.

Mamão papaia (*Carica papaya L.*) pertencente à família *Caricaceae* nativas das Américas, tem uma polpa de cor laranja forte, doce e macia. Contém uma enzima chamada papaína utilizada no processo de cicatrização<sup>28</sup>.

### **Máscaras para peles oleosas**

O tratamento caseiro para uma pele oleosa pode ser feito com a mescla de uma colher de pepino moído, uma colher de mel e uma colher de levedo de cerveja. A aplicação deve ser feita em toda a face deixando agir por 20 minutos, depois lavar com água fria. O conhecimento popular traz mais uma máscara para combater a oleosidade, esta é produzida com uma colher de aveia, três colheres de chá de camomila e uma colher de argila verde. Os ingredientes devem ser misturados, aplicados deixando no rosto até a máscara estar completamente seca. Também pode ser feita uma pasta com meia xícara de suco de abacaxi e duas colheres de farinha de aveia, que deve ser passada na face e aguardar vinte minutos para tirar. Outro tratamento é a máscara com a clara de um ovo e duas colheres de fubá, esta deve ser aplicada no rosto, até endurecer, então retirar<sup>2</sup>.

*Saccharomyces cerevisiae* é um organismo utilizado na produção de cerveja e pão, nas bebidas alcoólicas converte açúcar em álcool etílico e também é responsável pelo sabor. Na sua composição podemos encontrar proteínas, RNA, lipídeos, cinzas, carboidratos, minerais, fibras solúveis, e insolúveis. As propriedades antioxidantes tem capacidade de prevenir o câncer, pois, sequestram os radicais livres que oxidam o DNA das células<sup>19,53</sup>.

Camomila (*Matricaria recutita*) é uma planta da família *Asteraceae*, sua origem é europeia, mas se adaptou muito bem no sul do Brasil. Suas flores são pequenas e brancas e muito bonitas, a planta tem um porte pequeno. Na sua composição encontramos óleo essencial, ácidos fenólicos, esteróides, taninos, cumarinas e

flavonóides. Com grande capacidade antioxidante é muito indicado seu uso em chás e tratamentos estéticos<sup>43</sup>.

A argila verde tem pH neutro e possui elementos como manganês, fósforo, zinco, alumínio, magnésio, cálcio, potássio, selênio, cobalto, silício, cobre e molibdênio. É muito utilizada para tratamentos com relacionados acne, pois, secativo, bactericida, antisséptico, emoliente, promove esfoliação, desintoxicação e regula a produção sebácea<sup>40</sup>.

*Ananas comosus* conhecido popularmente como abacaxi, vem da família *Bromeliaceae*, a polpa é amarela e suculenta. De modo geral sua composição é: proteínas, lipídeos, cálcio, glicídio, ferro, fósforo, fibras, niacina, ácido ascórbico, tiamina e riboflavina, retinol. Têm nutrientes e antioxidantes que exercem funções importantes no organismo humano<sup>22</sup>.

O fubá é a farinha feita a partir do milho, composto por proteínas, minerais, amido e óleo, como outros cereais, é uma fonte importante da alimentação nos países em desenvolvimento, sendo seus derivados relevantes para a população<sup>8</sup>.

### **Máscaras para manchas faciais**

Para acabar com as manchas faciais as avós ensinaram uma máscara feita com uma colher de leite de magnésia e a clara de um ovo, esta receita deve ser passada na pele deixando agir por vinte minutos. Após este tempo deve ser lavada com água fria. Outro tratamento é usando a clara de um ovo misturando com o suco de uma laranja, aplicar sobre o rosto. O tempo de ação é vinte minutos. A babosa também é usada para o tratamento de manchas faciais, a aplicação é feita utilizando o gel que existe dentro das folhas, deixando agir por vinte minutos e retirando com água. Outra máscara que é utilizada para a remoção de manchas é pasta feita com duas colheres de argila branca, meia laranja e uma cenoura, tudo deve ser batido no liquidificador e depois de aplicado deixar na face até secar. Lavar com água morna<sup>11</sup>.

O leite de magnésia é um composto branco que é preparado através da reação sulfato de magnésio com uma solução de hidróxido de sódio. É utilizado como laxante, antiácido, alívio da azia e má digestão<sup>34</sup>. Nos tratamentos estéticos é popularmente usado para combater acnes e manchas.

A babosa ou *Aloe vera* (L.) tem folhas espinhosas na cor verde em formato de lança, dentro das folhas a um gel muito aproveitado na indústria cosmética, alimentícia e farmacêutica. Estudos mostram que esta planta tem efeito anti-inflamatório e cicatrizante e no tratamento de afecções dermatológicas, os polissacarídeos encontrados no gel da babosa são capazes de estimular os macrófagos<sup>29</sup>.

A argila branca promove a ação de absorver a oleosidade sem desidratar a pele, é cicatrizante, clareadora, possui um pH muito semelhante ao da pele e contém alumina, caulinita e sílica. É hidratante e antioxidante, seus minerais ajudam a eliminar as toxinas da superfície da pele, ativam a regeneração celular e o silício reduz as inflamações<sup>13</sup>.

A cenoura (*Daucus carota*) uma planta da família das *Apiáceas* a raiz é de cor laranja e comestível, são grandes fontes de fibras, minerais e  $\beta$ -caroteno. Muitos são os benefícios que a pró-vitamina A proporciona ao organismo, fortalece o sistema imunológico contra doenças como o câncer e DCV<sup>21</sup>.

### **Considerações finais**

As pessoas estão cada vez mais preocupadas com a aparência, vale ressaltar que não são apenas as mulheres que vão à busca de tratamentos para o rejuvenescimento da pele, nas últimas décadas aumento consideravelmente o número de homens que utilizam cosméticos de tratamento. O mercado de beleza passou por uma grande transformação ao longo dos anos, pois agora seus consumidores buscam saber a origem dos produtos e preferem cuidar da pele com produtos naturais. Por isso para manter a pele sempre bonita, saudável e macia é que os tratamentos caseiros estão cada vez mais em alta. Com as mídias digitais a interação entre pessoas de todo o mundo ficou mais fácil, podendo desta forma ser compartilhadas receitas tradicionais de embelezamento facial feitas de um país para o outro. As mesmas máscaras são encontradas em blogs e sites de países diferentes o que mostra que o cuidado com a pele é tradicional e é passado de geração para geração ao longo dos anos, com a migração essas “receitinhas” foram se espalhando pelo mundo. Essa expansão trouxe novos ingredientes e novas formas de fazer tratamentos estéticos caseiros, que agora com a internet pode ser compartilhado para todos. Conclui-se, portanto que o importan-

te é que cada pessoa tenha consciência de suas necessidades estéticas e assim busque entre todas as receitas descritas neste trabalho a melhor para o tipo de pele.

## Referências Bibliograficas

25 σπιτικές συνταγές νεότητας. Disponível em: <<http://www.vita.gr/beauty/guide/article/25842/25-spitikes-syntages-neothtas/>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

5 máscaras para pele oleosa. Disponível em: <<http://peelings.com.br/5-mascaras-para-pele-oleosa>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

8 masques visage faits maison pour pallier les excès des fêtes. Disponível em: <[https://www.grazia.fr/beaute/tendances-beaute/8-masques-visage-faits-maison-pour-pallier-les-exces-des-fetes-796507/\(page\)/8](https://www.grazia.fr/beaute/tendances-beaute/8-masques-visage-faits-maison-pour-pallier-les-exces-des-fetes-796507/(page)/8)>. Acesso em 13 de Juno de 2017.

ABADIO FINCO, F. D. B.; MOURA, L. L.; SILVA, I. G. Propriedades físicas e químicas do mel de Apis mellifera L. **Ciênc. Tecnol. Aliment.**, Campinas, v.30, n.3, p.706-712, jul./set. 2010.

Agência para o Investimento e Comércio Externo de Portugal, E. P. E. (AICEP). Disponível em: <<http://www.portugalglobal.pt/PT/Internacionalizar/SobreMercadosExternos/Documents/Perfil/83.pdf>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

Agência para o Investimento e Comércio Externo de Portugal, E. P. E. (AICEP). Disponível em:

**ALEMANHA. Ministério Federal das Relações Externas.** Perfil da Alemanha, 180 p. Berlin, 2015.

ALVIM, I.D.; SGARBIERI, V.C.; CHANG, Y. K. Desenvolvimento de farinhas mistas extrusadas à base de farinha de milho, derivados de levedura e caseína. **Ciênc. Tecnol. Aliment.**, Campinas, v.22, n.2, p.170-176, mai./ago. 2002.

ANDRADE, R. S. G. et. al. Determinação e distribuição de ácido ascórbico em três frutos tropicais. **Eclet Quím.** São Paulo, v. 27, n. especial, 2002.

Aprenda a fazer seis receitas de máscaras para pele com ingredientes caseiros. Disponível em: <<http://revistadonna.clicrbs.com.br/beleza/seis-receitas-de-mascaras-para-pele-com-ingredientes-caseiros/>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

As 10 Receitas Caseiras Para Tirar Manchas no Rosto. Disponível em: <<http://www.saudedica.com.br/as-10-receitas-caseiras-para-tirar-manchas-no-rosto/>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

Åtte ansiktsmasker du kan lage selv. Disponível em: <<http://www.dagbladet.no/tema/atte-ansiktsmasker-du-kan-lage-selv/62861898>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

BALDUINO, A. P. Z. **Estudo da Caracterização e composição de argilas de uso cosmético.** 51 f. Dissertação (mestrado em Ciências Aplicadas à Saúde) -Programa de pós-graduação em ciências aplicadas à saúde, Universidade Federal de Goiás- Regional Jataí, Jataí, 2016.

BARBIERI, R. L.; STUMF, E. R. T. Origem, evolução e história das rosas cultivadas. **Rev. Bras. Agrociência**, Pelotas, v.11, n.3, p.267-271, jul./set. 2005.

BAYER R. História da Estética. **Ed. Estampa, LTDA**, Lisboa, 1978

**BRASIL. Ministério das Relações Exteriores. Divisão de Inteligência Comercial.** Como Exportar. Índia. 202 p. Brasília: O Ministério, 2012.

**BRASIL. Ministério das Relações Exteriores. Divisão de Inteligência Comercial.** Como Exportar: Noruega, 100p. Brasília: MRE, 2014.

**BRASIL. Ministério do Meio Ambiente.** Biodiversidade Brasileira: Avaliação e identificação de áreas e ações prioritárias para conservação, utilização sustentável e repartição dos benefícios da biodiversidade nos biomas brasileiros. 341p. Brasília: MMA, 2002.

CABALLERO-CÓRDOBA, G. M.; PACHECO, M. T. B.; SGARBIERI, V. C. Composição química da biomassa de levedura integral (*Saccharomyces sp.*) e determinação do valor nutritivo da proteína em células íntegras ou rompidas mecanicamente. **Ciênc. Tecnol. Aliment.**, v.17, n.2, p.102-106, mai./ago. 1997.

CÉSAR, T. B. et. al. Suco de laranja reduz o colesterol em indivíduos normolipidêmicos. **Rev. Nutri.**, Campinas, v.23, n.5, p.779-789, set./out. 2010.

CONTADO, E. W. N. F. et. al. Estudo dos métodos de extração de carotenóides em cenoura por fluido supercrítico (efs) e convencional. **Ciênc. agrotec.**, Lavras, v.34, Edição Especial, p.1617-1623, 2010.

CRESTANII, M.; BARBIERI, R. L.; HAWERROTH, F. J.; CARVALHO, F. I. F.; OLIVEIRA A. C. Das Américas para o Mundo - origem, domesticação e dispersão do abacaxizeiro. domesticação e dispersão do abacaxizeiro. **Ciência Rural**, v.40, n.6, junho, 2010.

CSANTOS, R. D., GARGLIARDI, A. C. M., XAVIER, H. T., MAGNONI, C. D., CASSANI, R., LOTTENBERG, A. M. et al. Sociedade Brasileira de Cardiologia. I Diretriz sobre o consumo de Gorduras e Saúde Cardiovascular. **Arq Bras Cardiol.** 100(1Supl.3)P. 1-40, 2013.

DAIUTO, E. R. et. al. Composição química e atividade antioxidante da polpa e resíduos de abacate "Hass". **Rev. Bras. Frutic.** Jaboticabal, v.36, n.2, p.417-424, junho, 2014.

Dossiê                      Republica                      Francesa.                      Disponível                      em:  
<<https://17minionuagnu2050.files.wordpress.com/2016/08/repc3bablica-francesa.pdf>>  
Acesso em 13 de Junho de 2017.

DURAIRAJ, B.; DORAI, A. Antiplatelet activity of White and pink *Nelumbo nucifera* Gaertn flowers. **Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences**, v.46, n.3, jul./set. 2010.

**EMBRAPA (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), Centro de Pesquisa Agropecuária de Clima Temperado.** A cultura do pêssego, 60 p. Brasília, 1993.

**EMBRAPA Mandioca e Fruticultura Tropical.** A cultura do mamão. 199 p. Brasília: Embrapa Informação Tecnológica, 2009.

FREITAS, V. S.; RODRIGUES, R. A. F.; GASPI, F. O. G. Propriedades farmacológicas da *Aloe vera* (L.) *Burm. f.* **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.16, n.2, p.299-307, 2014.

FREO, J. D. et. al. Propriedades físicas e tecnológicas de farinha de trigo tratada com terra diatomácea. **Ciência Rural**, Santa Maria, v. 41, n.6, p.1076-1081, junho, 2011.

Ghar par khud banae phoolon se bana phes maask aur pae chamakatee tvacha. Disponível em:<<http://www.aapkisaheli.com/articles/how-to-make-floral-face-mask-at-home-for-glowing-skin-2-13434-APS.html>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

Ghar par khud banae phoolon se bana phes maask aur pae chamakatee tvacha. Disponível em: <<http://www.aapkisaheli.com/articles/how-to-make-floral-face-mask-at-home-for-glowing-skin-2-13434-APS.html>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

GIWA, S.; OGUNBONA, C. Sweet almond (*Prunus amygdalus "dulcis"*) seeds as a potential feedstock for nigerian Biodiesel Automotive Project. **Rev. Ambient. Água**, Taubate, v.9, n.1, jan./mar. 2014.

HIDRÓXIDO DE MAGNÉSIO (1282,50MG). Responsável técnico: Milton de Oliveira CRF-RJ 5522. Rio de Janeiro: GlaxoSmithKline Brasil Ltda. 2015. Bula de remédio.

LEÃO, R. P. F.; PINTO, E. C.; ACIOLY, L. **A China na nova configuração Global: impactos políticos e econômicos**. Brasília: ed. Ipea, 352p. 2011.

LIMA, F. A. et. al. Café e saúde humana: um enfoque nas substâncias presentes na bebida relacionadas às doenças cardiovasculares. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 23,n. 6,p. 1063-1073, nov./dez. 2010.

LUZIA, D. M. M.; JORGE, N. Potencial antioxidante de extratos de sementes de limão (*Citrus limon*). **Ciênc. Tecnol. Aliment.** Campinas, v.30, n.2, p.489-493, abr./jun. 2010.

MAIA, S. R.; FERREIRA, A. C.; ABREU, L. R. Uso do açafrão (*Curcuma longa L.*) na redução da *Escherichia coli* (ATCC 25922) E *Enterobacter aerogenes* (ATCC 13048) em ricota. **Ciênc. agrotec.**, Lavras, v.28, n.2, p. 58-365, mar./abr. 2004.

MEDEIROS, M. L.; LANNES, S. C. S. Propriedades físicas de substitutos do cacau. **Ciênc. Tecnol. Aliment.** Campinas, v.30, n.1, p.243-253, maio, 2010.

Meilleur traitement de l'acné, obtenez une peau claire, lumineuse et sans acné en 14 jours | FAMO SITA. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=HnxpgH7zyTY>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

MELLO, L. D.; PINHEIRO, M. F. Aspectos físico-químicos de azeites de oliva e de folhas de oliveira provenientes de cultivares do RS, Brasil. **Alim. Nutri.** Araraquara, v.23, n.4, p.537-548, out./dez. 2002.

MENEZES, R. R. et.al. Comportamento de expansão de argilas bentoníticas organofílicas do estado da Paraíba. **Cerâmica**, v. 54, p. 152-159, 2008.

MORAIS, S. M.; CAVALCANTI, E. S. B.; COSTA, S. M. O.; AGUIAR, L. A. Ação antioxidante de chás e condimentos de grande consumo no Brasil. **Rev. Bras. Farmacogn. Braz J. Pharmacogn.** v.19, n.1, Jan./Mar. 2009.

Natürlich Schön – Pflege für Haut & Haar. Disponível em: <<https://www.schlaraffengarten.de/schoenheitssalon/natuerlich-schoen-pflege-fuer-haut-haar/>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

NOGUEIRA DE ALMEIRA, C. A. et. al. Azeite de oliva e suas propriedades em preparações quentes: revisão de literatura. **International Journal of Nutrology**, v.8, n.2, p.13-20, mai./ago. 2015.

PERRY, K. S. P. Queijos: aspectos químico, bioquímicos e microbiológicos. **Rev. Quim. Nova**, v.27, n.2, p.293-300, 2004.

RIQUE, A. B. R.; SOARES, E. A.; MEIRELLES, C. M. Nutrição e exercício na prevenção e controle das doenças cardiovasculares. **Rev. Med. Esporte**, v.8, n.6, nov./dez. 2002.

RIZZON, L. A.; BERNARDI, J.; MIELE, A. Características analíticas dos sucos de maçã gala, Golden Delicious e Fuji. **Ciênc. Tecnol. Aliment.** Campinas, v.25, n.4, p.750-756, out./dez. 2005.

SARTORI, L. R.; LOPES, N. P.; GUARATINI, T. A Química no cuidado da pele. **Sociedade Brasileira de Química**. São Paulo, 92 p. v.5, 2010.

SCHNEEBERGER, C. A. Minimanual compacto de geografia do Brasil : teoria e prática. 1. **Ed. Rideel**, São Paulo, 2003.

Segredo revelado: Isto é o que utilizam as mulheres japonesas para ter pele perfeita. Disponível em: <<http://www.curapelanatureza.com.br/post/07/2015/segredo-revelado-isto-e-o-que-utilizam-mulheres-japonesas-para-ter-uma-pele-perfeita>>. Acesso em 13 de Junho de 2017.

SGARBIERI, V. C. Propriedades fisiológicas-funcionais das proteínas do soro do leite. **Rev. Nutri.** v.17, n.4, p.397-408, out./dez. 2004.

SIQUEIRA, P. B.; BOLINI, H. M. A.; MACEDO, G. A. O processo de fabricação da cerveja e seus efeitos na presença de polifenóis. **Alim. Nutr.** Araraquara, v.19, n.4, p. 491-498, out./dez. 2008.

TAKAHASHI, L. S. A. T.; SOUZA, J. R. P.; YOSHIDA, A. E.; ROCHA, J. N. Condições de armazenamento e tempo de embebição na germinação de sementes de erva-doce (*Pimpinella anisum L.*). **Rev. Bras. Pl. Med.**, Botucatu, v.11, n.1, p.1-6, 2009.

WALTER, M.; MARCHEZAN, E.; AVILA L.A. Arroz: composição e características naturais. **Ciência Rural.** v.38, n.4, p.1184-1192, julho, 2008.