

CAPÍTULO 6.7

ÓLEOS ESSENCIAIS: EXPLORANDO OS BENEFÍCIOS PARA ESTÉTICA E BEM-ESTAR

Data de aceite: 02/10/2024

Josiane Argenta de Queiroz

Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética – Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – UNIARP

Samara dos Santos Lopes

Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética – Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – UNIARP

Natan Veiga

Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética – Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – UNIARP

Karine Luz

Curso de Farmácia - Universidade Alto Vale do Rio do Peixe – UNIARP

Área Temática: Saúde e Bem-estar: Uma Abordagem Integrativa.

Palavras-chave: Óleos essenciais. Estética. Benefícios. Bem-estar. Beleza.

Introdução: No contexto da estética, esses preciosos extratos vegetais têm ganhado destaque como ingredientes naturais que podem potencializar os cuidados com a pele, cabelo e unhas. Este artigo explora os benefícios dos óleos essenciais na estética, destacando suas propriedades terapêuticas, mecanismos de ação e aplicações práticas. **Objetivos:** Explorar de maneira embasada científicamente os benefícios dos óleos essenciais para a promoção da beleza e do bem-estar, fornecendo uma compreensão das propriedades terapêuticas dos óleos essenciais e suas aplicações práticas nos cuidados estéticos. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada através de buscas de artigos, encontrados no *Google Acadêmico*, nos quais utilizamos os descritores óleos essenciais, benefícios dos óleos essenciais e aromaterapia.

Resultados e discussão: Ao longo do estudo, examinamos uma variedade de óleos essenciais e suas aplicações, bem como os mecanismos subjacentes aos seus efeitos. As descobertas revelam

uma gama impressionante de benefícios que os óleos essenciais oferecem, tanto para a beleza quanto para a saúde mental. Foi constatado que diversos óleos essenciais possuem propriedades anti-inflamatórias, antibacterianas e antioxidantes, o que os torna eficazes no tratamento de problemas de pele, como acne, eczema e psoríase. Além disso, a aplicação tópica de certos óleos pode melhorar a textura e o brilho da pele, contribuindo para a estética facial. **Considerações finais:** Os óleos essenciais emergem como recursos promissores para melhorar a estética e o bem-estar de forma holística. Suas propriedades naturais oferecem uma alternativa interessante aos produtos químicos convencionais, muitas vezes associados a efeitos colaterais indesejados. Alguns óleos podem causar reações alérgicas em certas pessoas, e a diluição correta é crucial para evitar irritações cutâneas.