

# 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 cientificamente 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.