



UNIVERSIDADE ANHEMBI MORUMBI
CURSO DE GRADUAÇÃO TECNOLÓGICA EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

ANA CLARA SOUZA
KLEIRE ROCHA
LEONARDO BORGES CUCCO
MARIA FERNANDA CERUTTI
MARIA FERNANDA CORDOVA
RAQUEL MARQUES

**MASSAGEM AYURVEDICA NA REVITALIZAÇÃO CUTÂNEA FACIAL COM
PRINCÍPIOS DE ORIGEM VEGETAL**

São Paulo
2008

ANA CLARA SOUZA
KLEIRE ROCHA
LEONARDO BORGES CUCCO
MARIA FERNANDA CERUTTI
MARIA FERNANDA CORDOVA
RAQUEL MARQUES

**MASSAGEM AYURVEDICA NA REVITALIZAÇÃO CUTÂNEA FACIAL COM
PRINCÍPIOS DE ORIGEM VEGETAL**

Projeto de Pesquisa apresentado para avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Anhembi Morumbi, sob orientação da professora Cristiane Ribeiro.

São Paulo
2008

M369 Massagem ayurvédica na revitalização cutânea facial com princípios de origem vegetal / Ana Clara Souza [et al.]. - 2008
000f.: il.; 30 cm.

Trabalho de Conclusão de Curso (Superior em Estética e Cosmetologia) – Universidade Anhembi Morumbi, São Paulo, 2008.

Bibliografia: f. 00-000.

1.Revitalização Facial. 2. Clareamento de Pele. 3. Ativos Vegetais. 4. Massagem Ayurvédica Facial. 5. Massagem com Música. 6. Massagem Energizante Facial. 7. Massagem Lifting Facial. 8. Massagem Facial Sem Aparelhos. I. Título.

CDD 646.72

ANA CLARA SOUZA
KLEIRE ROCHA
LEONARDO BORGES CUCCO
MARIA FERNANDA CERUTTI
MARIA FERNANDA CORDOVA
RAQUEL MARQUES

**MASSAGEM AYURVEDICA NA REVITALIZAÇÃO CUTÂNEA FACIAL COM
PRINCÍPIOS DE ORIGEM VEGETAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
como exigência parcial para a obtenção do
certificado do Curso Superior em Estética e
Cosmetologia da Universidade Anhembi
Morumbi

Aprovado em 18/11/2008

ANDRÉA BIOLCATI FALASCO
Universidade Anhembi Morumbi

CRISTINA APARECIDA DUARTE LEPORE
Universidade Anhembi Morumbi

CRISTIANE PINTO RIBEIRO
Universidade Anhembi Morumbi

Dedicamos esta pesquisa a todos os voluntários, aos funcionários do SPA UAM que colaboraram com nosso estudo, bem como aos colegas que contribuíram, com suas ações e observações, aprimorando nossos estudos, e refletindo sobre o papel do profissional de saúde na promoção de qualidade de vida, saúde e bem estar das pessoas, antes de qualquer procedimento em benefício meramente estético.

AGRADECIMENTOS

À nossa Coordenadora Andréa Biolcati que com a sua experiência nos orientou com informações e manobras preciosas sobre o tema abordado.

À nossa Orientadora Prof^a Cristiane Ribeiro pelo incentivo, simpatia e presteza no auxílio às orientações e discussões sobre o Trabalho de Conclusão de Curso.

Aos Colegas de equipe pela pontualidade nas execuções das atividades práticas, na troca de informações e materiais bibliográficos.

À Empresa VITADERM que nos forneceu os produtos utilizados na pesquisa experimental.

À colegas Marília Jordão de Campos Diamantino e Ana Paula Martins, que nos ajudaram na produção das fotos dos procedimentos.

E finalmente, à Deus pela oportunidade e pelo privilégio que nos foram dados em compartilhar a experiência de freqüentar este curso, nos despertando para temas que não faziam parte das nossas vida

“Uma fortaleza é construída quando os homens que nela trabalham são fortes como uma rocha onde está sendo erguida, sendo assim sua construção é consistente como um empreendedor que busca na criação de sua mente e de seu esforço físico, transformar as rochas de seu trabalho em uma sólida e magnífica fortaleza.”

Vitor Marques

“Nossa ira controlada pode ser convertida numa força capaz de mover o mundo.”

Mahatma Gandhi

RESUMO

Muitos estudos cinetíficos são realizados com uso de aparelhos. Hoje temos um universo tecnológico que comprovam a eficácia dos tratamentos estéticos, de todos os tipos.

Nosso estudo, objetivou a massagem pura e simples. Sem uso de qualquer tipo de aparelhos.

Queríamos provar que: com dedicação aos movimentos de massagem, uso de bons produtos, e assiduidade, obteríamos bons resultados.

Com requintes de massagens embasadas em princípios ayurvédicos, onde a tração muscular contra a ação da gravidade, e a massagem em pontos específicos, chamados chacras, nas regiões facias, nos permitiu um relaxamento funcional, bem como mental, pois, as senhoras que submeteram-se neste estudo, conseguiram relaxar mentalmente através da música, como também descontraíram-se de modo a proporcionar um atendimento adequado para a aplicação dos movimentos em questão, onde encontram-se as contrações involuntárias causadora de stress e expressões faciais.

O uso de bons produtos cosméticos, contribuiu com o resultado, de forma que a pele obtivesse um aspecto saldável e revigorante.

Todas as voluntárias melhoraram significativamente suas expressões faciais, com aspecto de revitalização cutânea, além da melhora da auto estima e do bem estar.

Palavras-chave: revitalização facial, clareamento de pele, ativos vegetais, massagem ayurvédica facial, massagem com música, massagem energizante facial, massagem lifting facial, massagem facial sem aparelhos.

Abstract

Many scientific studies are made with the use of devices. Nowadays there is a technological universe that proves the efficiency of esthetic treatments of all kinds.

This study had as its goal purely and simply massage, without the use of any device.

Our aim was to prove that, with dedication to the movements of the massage, the use of good products and diligence, we would have good results.

Based on ayurvedic massage principles, in which the muscular pulling against gravity force and the massage on specific points of the facial area named chakras, has allowed us to relax both functionally and mentally, for the women who have participated in this study have been able to relax mentally through music, which helped the offer of a proper application of the movements where the involuntary contractions which cause stress and facial expressions are found.

The use of good cosmetic products has affected the final result, helping the skin to gain a healthier and re-invigorating aspect.

All the volunteers have significantly improved their facial expressions, concerning skin revitalization, besides their self-esteem and well-being improvement.

Key words: facial revitalization, skin-clearing, vegetal actives, facial ayurvedic massage, massage with music, energizing facial massage, facial lifting massage, facial massage without devices.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Os Sete Chacaras	22
Figura 2 Os Corpos Sutes	23

LISTA DE FOTOGRAFÍAS

Fotografia 1 Primeira Manobra	58
Fotografia 2 Primeira Manobra	58
Fotografia 3 Segunda Manobra	59
Fotografia 4 Terceira Manobra	59
Fotografia 5 Terceira Manobra.....	59
Fotografia 6 Quarta Manobra	59
Fotografia 7 Quarta Manobra	60
Fotografia 8 Quinta Manobra	60
Fotografia 9 Quinta Manobra	60
Fotografia 10 Sexta Manobra	61
Fotografia 11 Sétima Manobra	61
Fotografia 12 Sétima Manobra	61
Fotografia 13 Oitava Manobra	62
Fotografia 14 Nona Manobra	62
Fotografia 15 Nona Manobra	62
Fotografia 16 Décima Manobra	63
Fotografia 17 Alongamento da Cervical.....	68
Fotografia 18 Higienização Rosto e Pescoço.....	68
Fotografia 19 Higienização do Colo.....	68
Fotografia 20 Tonificação Rosto e Pescoço.....	69
Fotografia 21 Tonificação do Colo.....	69
Fotografia 22 Aplicação do Mousse Facial.....	70
Fotografia 23 Aplicação de Máscara Bioestruturadora.....	70
Fotografia 24 Aplicação de Máscara Bioestruturadora.....	70

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Opinião das voluntárias sobre a apreciabilidade da massagem ayurvédica.....	72
Gráfico 2 Opinião das voluntárias quanto a melhora da maciez da pele após o tratamento.....	72
Gráfico 3 Opinião das voluntárias quanto ao brilho obtido	73
Gráfico 4 Opinião das voluntárias em relação a vitalidade da pele	73
Gráfico 5 Opinião das voluntárias em relação a oleosidade da pele.....	74
Gráfico 6 Opinião das voluntárias com relação a melhora da vitalidade.....	74
Gráfico 7 Opinião das voluntárias quanto ao clareamento da pele.....	75
Gráfico 8 Mudança do hábito de uso de cosméticos após o tratamento	75
Gráfico 9 A influência da música durante a massagem.....	76
Gráfico 10 Opinião das voluntárias quanto aos benefícios após a massagem.	76

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	16
2	REVISÃO DE LITERATURA	19
2.1	PELE.....	19
2.1.2	A estrutura da pele	19
2.1.2.1	Epiderme	20
2.1.2.1.1	Camada basal ou estrato germinativo	20
2.1.2.1.2	Estrato espinhoso	20
2.1.2.1.3	Estrato granuloso	21
2.1.2.1.4	Estrato lúcido	21
2.1.2.1.5	Estrato córneo	21
2.1.2.1.6	Membrana Basal	22
2.1.2.2	Derme	22
2.1.2.2.1	Derme reticular	22
2.1.2.2.1.1	Fibras de colágeno	22
2.1.2.2.1.2	Fibras elásticas	23
2.1.2.3	Anexos cutâneos	23
2.1.2.3.1	Glândulas Sebáceas	23
2.2	ENVELHECIMENTO CUTÂNEO	24
2.2.1	Desafios à idade relacionados ao controle emocional	25
2.2.1.1	Perdas cumulativas	25
2.2.2	Parâmetros de função emocional	25
2.2.2.1	Competindo com o estresse psicossocial	25
2.2.2.2	Ansiedade	26
2.2.3	Medindo o bem-estar	26
2.2.3.1	Saúde e bem-estar	27
2.2.4	Auto-estima	27
2.2.5	Consciência corporal	27
2.2.6	Reabilitação da pele envelhecida	28
2.2.1	Antioxidantes no controle do envelhecimento da pele	28
2.2.2.1	Entre os principais fatores que deterioram a pele se destacam	29
2.2.1.2	Radiações e envelhecimento cutâneo	29

2.2.3	Proteção Natural da Pele frente a Radiação	31
2.1.3.1	Pigmentação	31
2.2.3.2	Regulação da função melanocítica	32
2.2.4	Efeitos dos Radicais Livres sobre a Matéria Viva	32
2.2.4.1	As radiações aceleram o envelhecimento cutâneo	32
2.2.5	Efeitos Favoráveis da Radiação Solar	33
2.2.6	Conclusões	33
2.3	PRINCÍPIOS ATIVOS	34
2.3.1	Acido Glicirrético	34
2.3.2	Ácido Kójico	34
2.3.3	Alantoína	35
2.3.4	Alfa-Hidroxiácido	35
2.3.5	Biomín	36
2.3.6	Cera de Oliva	37
2.3.7	Extrato de Arroz	38
2.3.8	Extrato de Bambu	39
2.3.9	Extrato de Camomila	39
2.3.10	Extrato de Gengibre	40
2.3.11	Extrato de Shitake	41
2.3.12	Isoflavona – Íris Isso	42
2.3.13	Moist 24 (Imperata cylindrica)	43
2.3.15	Óleo de Semente de Algodão	43
2.3.16	Óleo de Girassol (Helianthus annuus)	44
2.3.17	Vitamina A	45
2.3.18	Vitamina E	46
2.3.19	Filtros solares	46
2.4	MUSICOTERAPIA	47
2.4.1	Benefícios da música para o equilíbrio psíquico-físico	48
2.5	MÚSICA INDIANA	48
2.6	MASSAGEM AYUERVEDICA	51
2.6.1	Histórico	51
2.6.2	Sobre a massagem ayurvédica	52
2.2.2	Quem pode receber uma massagem ayurvédica	53

2.2.4	O poder que a massagem ayurvédica exerce no processo de limpeza do corpo	54
2.2.5	Benefícios	54
2.2.6	Sessões	55
2.2.7	Chakras	56
2.2.8	Movimentos	58
3	OBJETIVO	66
3.1	OBJETIVO GERAL	66
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	66
4	METODOLOGIA	67
4.1	AMOSTRA	67
4.1.1	Critério De Inclusão	67
4.1.2	Critério De Exclusão	67
4.3	PROCEDIMENTOS	67
4.4	ANÁLISE DE DADOS	72
5	RESULTADOS	73
5.1	OPINIÕES DAS VOLUNTÁRIAS	73
5.2	COMPARAÇÕES FOTOGRÁFICAS	78
6	DISCURSÃO	82
7	CONCLUSÃO	84
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
	ANEXO I: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	
	ANEXO II: PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM CASA	
	ANEXO III: COMPOSIÇÃO DOS PRODUTOS	
	ANEXO IV: LISTA DE CHAMADA VOLUNTÁRIAS	

1 INTRODUÇÃO

O uso de pontos de pressão na massagem e na acupuntura atualmente se tornou um assunto muito popular nos tratamentos naturais. Na ayurveda, a medicina tradicional da Índia, esses pontos de pressão são chamados de *marmas*, palavra que significa zonas 'vulneráveis' ou 'sensíveis'. Esses pontos podem ser usados especificamente para o diagnóstico e para o tratamento de uma doença ou, muito comumente, na busca da saúde e da longevidade.

Os marmas são parte integrante de todas as terapias ayurvédicas, desde auto tratamentos simples até complicados procedimentos clínicos. Eles formam um dos principais pilares do pensamento e da prática ayurvédica, além de também terem um aspecto importante da ciência da ioga, com a qual estão intimamente relacionados.

A ioga não somente tem um sistema sofisticado de posturas físicas, como também reconhece a força do prana ou força da vida, que é refletida por meio dos pontos marmas sobre a superfície do corpo. Uma compreensão dos marmas pode proporcionar maior eficácia para qualquer nível ou tipo de prática da ioga, seja no uso do corpo físico, na respiração ou na mente.

Os marmas variam de tamanho, indo dos muitos pequenos até os muito grandes, de pontos especiais nas mãos e nos pés até regiões importantes no tronco do corpo, como o coração ou umbigo. Quando manipulados, os marmas são capazes de alterar tanto as funções orgânicas quanto a condição estrutural do corpo. Por seu uso correto, toda nossa energia física e mental pode ser aumentada, diminuída ou redirecionada de forma consciente de maneira transformadora.

Os marmas estão ligados aos *nadis* (nervos sutis) e aos *chacras* (centos de energia) do corpo delgado e da mente. Eles controlam a ligação entre os corpos físico e sutil (prânico) e o intercâmbio de energia e informações entre eles. Por meio do uso dos marmas, é possível estruturar as devidas ligações entre o corpo sutil (as energia, humores e emoções internas) e o corpo físico (a condição material), proporcionando uma saúde melhor e vitalidade em ambos os níveis.

A massagem ayurvédica é uma técnica de massagem profunda que alia movimentos vigorosos em toda massa muscular junto a manobras de tração e alongamento, na qual esses pontos são estimulados, visando o equilíbrio físico, mental, psíquico, energético e espiritual. Um corpo em perfeita harmonia, com uma postura correta faz a pessoa sentir um contínuo bem-estar, ou seja, mantém as energias e a circulação sanguínea fluindo corretamente. O corpo mantém-se calmo em estado de relaxamento, a mente aquieta-se, o sistema linfático e a circulação sanguínea se harmonizam, os músculos conseguem ficar com maior flexibilidade, o sistema nervoso funciona de forma equilibrada, órgãos e glândulas passam a realizar harmoniosamente as suas funções.

Com a massagem ayurvédica utiliza-se a música indiana, que no começo soa bastante parecida, e possivelmente monótona e estranha para os ouvidos ocidentais. A maioria das pessoas está acostumada a ouvir uma música plástica, dirigida para fora, e com frequência percebem somente seu contorno externo, que é tanto mais efetivo quanto mais continuada, drástica e repentinamente ela se transforma. A música indiana, que vive completamente imersa na consciência mítica, requer uma entrega de si mesmo, um estado relaxado, uma continuidade sem expectativas, a capacidade de introduzir-se passivamente em regiões onde o pensamento e a racionalidade ininterruptas não têm mais nenhum poder, (HAMEL, 1991).

O fato de a saúde estar relacionada ao bem-estar impulsiona cada vez mais o uso dessas terapias. Mesmo quando outros fatores como condição socioeconômica, nível educacional e sexo são controlados, é um achado muito comum. Larson (1978, p. 112) conclui, após uma análise abrangente de 30 anos de pesquisa sobre o assunto, que: 'Entre todos os elementos da situação de vida de uma pessoa, a saúde é a que está mais fortemente relacionada ao bem-estar subjetivo. As pessoas que estão doentes ou incapacitadas fisicamente têm muito menos probabilidade de expressar contentamento com suas vidas' (SPIRDUSO, 2005).

A pele é tão sensível que perde facilmente seu encanto como consequência de uma vida irregular e de problemas de saúde. Por isso, é necessário eliminar as causas que deterioram o estado da pele, como por exemplo, insônia, stress, deterioração psíquica e metabólica, entre outros. O

envelhecimento da pele cria rugas inestéticas no rosto. Uma exposição solar excessiva e intensas variações climáticas, também provocam a rápida aparição das rugas, fazem com que o indivíduo enfrente um mau funcionamento de seu sistema linfático, acumulando resíduos tóxicos nos tecidos, nas articulações e na pele (UP TO DATE, 1996).

Para obter uma pele bonita e saudável, precisa-se de três itens básicos: brilho, elasticidade e hidratação adequada. Neste estudo foi unida a massagem ayurvédica a princípios ativos de origem vegetal como: Ácido Glicirrético, Ácido Kójico, Alfa – Hidroxiácido, Cera de Oliva, Extrato de Arroz, Extrato de Bambu, Extrato de Camomila, Extrato de Gengibre, Extrato de Shitake, Isoflavona – Íris Isso, Óleo de Semente de Algodão, Óleo de Girassol (*Helianthus annuus*), Vitamina A e Vitamina E; todos com o intuito revitalizar a pele das voluntárias.

Por ser espiritual, a massagem obedece rigorosamente a certos circuitos de energia e deve ser executada progressivamente. Ressalta-se que neste estudo os pesquisadores obdeceram uma seqüência à risca, para que ocorresse a movimentação correta da circulação energética e sanguínea em todo corpo (CARDIM,1999).

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 PELE

A pele é um sistema semelhante às mucosas, ao aparelho digestivo e ao trato urogenital. A função epitelial principal desses sistemas é delimitar, isolando estruturas internas do ambiente externo.

A principal diferença entre a pele e os demais sistemas epiteliais é o fato de a pele estar exposta a um ambiente externo extremamente agressivo, enquanto os demais sistemas epiteliais estão protegidos, por exemplo, da radiação solar e das intempéries. Dessa forma, a pele pode ser encarada como uma fronteira mediadora entre o organismo e o ambiente.

Graças à suas estruturas complexas, a pele pode exercer diferentes funções:

- Manutenção da sua própria integridade e da integridade do organismo e o ambiente;
- Proteção contra agressões e agentes externos;
- Absorção e secreção de líquidos;
- Controle de temperatura;
- Barreira prova d'água;
- Absorção de luz ultravioleta, protegendo o organismo de seus efeitos nocivos;
- Metabolismo de vitamina D;
- Funções estéticas e sensoriais.

Como funções estéticas e sensoriais consideramos a aparência, o toque, a maciez, a exalação de odores, a coloração e a sensibilidade da pele, que serão responsáveis pela atração física e social do indivíduo.

Pode-se considerar, portanto, que a saúde psicossocial do indivíduo é dependente de sua aparência externa e da aceitação instintiva das características de sua pele pelos demais componentes de seu grupo social (HARRIS, 2005).

2.1.2 A estrutura da pele

A pele é uma membrana da camada dupla que envolve toda a superfície exterior do corpo, estendendo-se pelos vários orifícios naturais por meio das membranas mucosas que revestem esses orifícios. Ela é dividida em dois tecidos principais: epiderme e derme.

2.1.2.1 Epiderme

A epiderme pode ter uma espessura variável – entre 1,3 mm (palma da mão) até 0,06 mm (face) – e não possui sistema de irrigação sanguínea direta: todos os nutrientes são transportados por ela através de capilaridade.

Sua principal função é atuar como uma barreira protetora contra o ambiente externo, evitando a entrada de substâncias estranhas ao organismo, ao mesmo tempo retendo o conteúdo interno – principalmente água, eletrólitos e nutrientes.

A epiderme é constituída por quatro camadas distintas (estrato córneo, estrato granuloso, estrato espinhoso, estrato lúcido e estrato basal), e as células que a compõe (queratinócitos) sofrem alterações conforme passam de uma camada a outra durante o seu processo de maturação, até serem eliminadas.

2.1.2.1.1 Camada basal ou estrato germinativo

A camada basal é constituída por células matrizes e células proliferativas, que são as células germinativas. A cada mitose aproximadamente 50% dessas células contribuem para a renovação da epiderme.

Nessa camada existem estruturas responsáveis por sua ancoragem à membrana basal: os hemidesmossomos, compostos por fibras de queratina.

Encontram-se também outras células com funções diferentes: os melanócitos, as células de Langerhans e células de Merkel.

2.1.2.1.2 Estrato espinhoso

Nesse estágio inicia-se o processo de queratinização, no qual pequenos filamentos de queratina (desmossomos) atravessam o citoplasma das células, unindo-as a suas vizinhas.

Também no estrato espinhoso tem início a formação das subestruturas lamelares: os corpos lamelares – posteriormente responsáveis pela formação do manto hidrolipídico – e os grânulos de querato-hialina.

2.1.2.1.3 Estrato granuloso

Caracteriza-se pela rica presença de grânulos de queratina nas células. Após a maturação das células espinhosas há perda do núcleo e achatamento dos queratinócitos, com a formação de placas de queratina. As células adjacentes são unidas pelos desmossomos, porém na forma mais compacta.

No estrato granuloso realiza-se também síntese das proteínas responsáveis pela adequada estruturação do estrato córneo.

2.1.2.1.4 Estrato lúcido

Camada intermediária entre o estrato córneo e o estrato granuloso, presente apenas em regiões de pele mais espessa – como, por exemplo, a sola dos pés. Origina-se pela fricção e aparentemente exerce função de proteção mecânica.

2.1.2.1.5 Estrato córneo

A parte mais externa da epiderme que é constituída por uma membrana única, sendo perfurada apenas pelos orifícios das glândulas sudoríparas e dos pêlos.

Substâncias químicas que não a água, portanto, só conseguem permear a pele através das camadas lipídicas intercelulares – enquanto a água, ao passar pelos corneócitos (“tijolos” hidrofílicos), será retida pelas fibras de queratina, altamente hidrofílicas.

2.1.2.1.6 Membrana Basal

A membrana basal faz a interface entre a derme e a epiderme, distinguindo-se dos tecidos vizinhos por sua estrutura e composição molecular.

Essa membrana apresenta ainda grande quantidade de antígenos, que auxiliam no processo de defesa contra os microorganismos ou agentes externos (HARRIS, 2005).

2.1.2.2 Derme

É a camada conjuntiva que forma a parte estrutural de tegumento do corpo.

Dentro da derme, além dos apêndices da epiderme (pêlos e glândulas sudoríparas e sebáceas), há também vasos sangüíneos, nervos e componentes celulares contendo células matrizes, fibroblastos, miofibroblastos e macrófagos.

2.1.2.2.1 Derme reticular

É um tecido conectivo denso e irregular que garante a força e a elasticidade da pele.

A derme reticular possui principalmente colágeno tipo I, e suas fibras elásticas estão dispostas paralelamente à superfície.

2.1.2.2.1.1 Fibras de colágeno

Proteínas complexas sintetizadas por diversas células incluindo os fibroblastos e os miofibroblastos, células da musculatura lisa e várias células epiteliais.

A síntese do colágeno depende da produção do procolágeno, um precursor insolúvel secretado pelos fibroblastos no meio intracelular, onde é degradado enzimaticamente a um monômero solúvel formado por três cadeias pró-alfa. Essas cadeias diferem das cadeias finais do colágeno por possuírem resíduos polipeptídeos nas suas extremidades.

Várias etapas bioquímicas ocorrem então para garantir a formação das fibras de colágeno, das quais a hidroxilação dos resíduos de lisina e prolina é dependente da presença de oxigênio, ferro e vitamina C.

Na pele humana, as fibras de colágeno forma uma grande massa da matriz extracelular e constituem 70% a 80% do peso da derme.

2.1.2.2.1.2 Fibras elásticas

São responsáveis pelas propriedades retráteis da pele. Apesar de fortemente associadas ao colágeno, em peles normais são constituintes minoritárias da derme.

São formadas por dois diferentes tipos de estruturas, a elastina e as miofibrilas. A elastina é a proteína principal, de aspecto amorfo, e está rodeada por estruturas fibrilares protéicas, as miofibrilas.

As fibras elásticas contem os aminoácidos desmosina e isodesmosina, que auxiliam na manutenção da integridade estrutural; durante a síntese da fibra elástica, o componente de miofibrila é preparado e então embebido em elastina (HARRIS, 2005).

2.1.2.3 Anexos cutâneos:

2.1.2.3.1 Glândulas Sebáceas:

Normalmente associadas a folículos pilosos, em algumas regiões como pálpebras, mamilos e mucosas elas parecem se originar de forma independente e drenam o seu conteúdo diretamente para a superfície da pele.

O sebo é uma mistura lipídica composta de triglicerídeos, ésteres de ácidos graxos, ceras esterificadas, esqualeno e ésteres de colesterol. Sua função principal é a proteção da pele – controlando a perda de água transepidérmica, formando uma barreira à prova d'água e inibindo o crescimento de fungos e bactérias.

Peles secas e oleosas não são, portanto, condições opostas, podendo coexistir em certas regiões da face – embora, na maioria das vezes, a oclusão provocada pela película oleosa tende a mascarar o processo xerótico.

A própria classificação de peles de acordo com a quantidade de sebo produzido depende muito da região geográfica onde se realiza a análise, pois regiões com clima mais seco requerem uma pele mais impermeável, e, portanto, maiores quantidades de sebo superficial são toleradas. Em climas úmidos, o filme formado pelo sebo impede a perda de água transepidermal, aumentando o desconforto no calor. Dessa forma, a classificação “oleosa”, “normal” ou “alipídica” (sem oleosidade) obedece mais critérios sensoriais que propriamente a critérios quantitativos (HARRIS, 2005).

2.2 ENVELHECIMENTO CUTÂNEO

O termo envelhecimento é usado para se referir a um processo ou conjunto de processos que ocorrem em organismos vivos e que com o passar levam a uma perda de adaptabilidade, deficiência funcional, e, finalmente, à morte. Estes processos são diferentes dos ritmos biológicos diários ou sazonais e de qualquer outra mudança temporária. É particularmente importante distinguir efeitos do envelhecimento de efeitos seculares, que são efeitos ambientais que influenciam todas as pessoas que vivem em um período determinado.

O envelhecimento é uma extensão lógica dos processos fisiológicos do crescimento e desenvolvimento, começando com o nascimento e terminando com a morte. A ênfase deste texto recai na última parte do crescimento e desenvolvimento, desse tempo de vida contínuo.

Embora as diferenças físicas da idade sejam aparentes, os efeitos fisiológicos do envelhecimento dificilmente são visíveis entre uma pessoa de 20 e outra de 70 anos, quando as duas estão sentadas e quietas em uma cadeira. Contudo, as diferenças aparecem quando elas se levantam, andam pela sala e estão atentas para o caso de uma alarme soar e terem de sair da sala o mais rápido possível. As diferenças de idade serão ainda mais visíveis se a pessoa mais idosa já teve doenças e acidentes freqüentes, tem uma ou mais doenças crônicas ou danos crônicos (p. ex, se fumou ou usou drogas). Perdas, por

exemplo, de visão, da audição e da força são envelhecimento primário, enquanto o envelhecimento acelerado que ocorre como resultado de doenças ou fatores ambientais é chamado de secundário (SPIRDUSO, 2005).

2.2.1 Desafios à idade relacionados ao controle emocional

As mudanças físicas, mentais e sociais que acompanham o envelhecimento trazem consigo desafios ao controle emocional que estão acima e além daqueles experimentados de forma rotineira pela maioria dos indivíduos mais jovens. À medida que as pessoas envelhecem, elas têm de se adaptar continuamente à diminuição da força, endurance, capacidade física e saúde.

2.2.1.1 Perdas cumulativas

Na idade avançada, as perdas são inevitáveis e cumulativas. As perdas de massa muscular, força, resistência física, flexibilidade e coordenação são óbvias e visíveis.

Na idade avançada, os idosos podem passar horas de ansiedade e pavor preocupando-se com uma mudança potencial nas disposições físicas de sua vida (SPIRDUSO, 2005).

2.2.2 Parâmetros de função emocional

2.2.2.1 Competindo com o estresse psicossocial

O estresse psicossocial aparece quando um indivíduo percebe um evento como potencialmente ameaçador para sua segurança pessoal ou bem-estar (Wolfolk & Richardson, 1978). Isso implica que o evento refere-se a algo que é pessoalmente importante e que o indivíduo tem pelos menos um pouco de dúvida com relação a sua capacidade de administrar ou controlar o evento. Isso evoca a resposta “lutar ou fugir”, que prepara o corpo para escapar de perigo ou ficar e lutar. Infelizmente, com raras exceções, a resposta já não é mais adaptável à sobrevivência na sociedade atual. Em vez disso, os mecanismos fisiológicos que

antes eram evocados apenas nos momentos de extremo perigo, agora são evocados em resposta à insatisfação no trabalho, congestionamento no trânsito, contas vencidas e conflitos interpessoais normais. Conseqüentemente, o corpo é inundado com hormônios que induzem ao estresse e que elevam a frequência cardíaca e a pressão arterial, inibem os sistemas imunológicos e digestivos e aumentam a tensão muscular.

2.2.2.2 Ansiedade

Em primeiro lugar, o estado e traço de ansiedade devem ser considerados com entes independentes. O estado de ansiedade é uma condição temporária que varia de intensidade e flutua durante um período. O traço de ansiedade é mais como uma característica de personalidade, mais estável e resistente à mudança do que o estado de ansiedade. Sime (1984) também distingue a ansiedade cognativa, que está relacionada à preocupação, falta de concentração e insônia, da ansiedade somática, os sintomas fisiológicos de estresse como nervoso, tensão, náuseas, dor de cabeça, suor nas palmas das mãos e uma frequência cardíaca, em repouso, acelerada. Esses sintomas de estresse da ansiedade somática também podem ser descritos como uma superexcitação fisiológica (SPIRDUSO, 2005).

2.2.3 Medindo o bem-estar

A sensação de bem-estar é extremamente pessoal. Portanto, as sensações de bem-estar dos indivíduos devem ser descobertas por meio de auto-relatos. A única maneira de determinar como as pessoas se sentem é perguntar-lhes. Assim, quando o bem-estar é pesquisado, geralmente referem-se a ele como “bem-estar expressado”, ou “bem-estar subjetivo”. O bem-estar é uma sensação emocional, é pessoal, relativamente transitório, e pode ser influenciado por fatores ambientais temporários. Os testes de bem-estar são difíceis de validar e são menos confiáveis do que a maioria dos testes de atributos físicos.

O bem-estar subjetivo está altamente relacionado com as sensações dos indivíduos de satisfação consigo mesmo, com suas famílias e com seu trabalho.

Na verdade, está tão relacionado que é difícil separar os conceitos de bem-estar e satisfação pessoal. A satisfação pessoal é na verdade a extensão em que um indivíduo está contente com a maneira como sua vida tem-se desenvolvido. É medida pedindo-se aos indivíduos para comparar as condições gerais de suas vidas (isto é, as realizações verdadeiras) com as aspirações que eles tinham para suas vidas (CAMPBELL, CONVERSE e RODGERS, 1976; GEORGE, 1979).

2.2.3.1 Saúde e bem-estar

O fato de a saúde estar relacionada ao bem-estar, mesmo quando outros fatores como condição socioeconômica, nível educacional e sexo são controlados, é um achado muito comum. Larson (1978, p. 112) conclui, após uma análise abrangente de 30 anos de pesquisa sobre o assunto, que: “Entre todos os elementos da situação de vida de uma pessoa idosa, a saúde é a que está mais fortemente relacionada ao bem-estar subjetivo. As pessoas que estão doentes ou incapacitadas fisicamente têm muito menos probabilidade de expressar contentamento com suas vidas” (SPIRDUSO, 2005).

2.2.4 Auto-estima

Auto-estima é o respeito e a apreciação que os indivíduos têm por si mesmos, ou a extensão em que se sentem positivos com relação a si mesmos (GERGEN, 1971).

2.2.5 Consciência corporal

A maneira pela qual os indivíduos percebem seu corpo é chamada de consciência corporal, um componente importante da auto-estima. A consciência corporal tem pelo menos três aspectos (MILLER, MURPHY e BUSS, 1981). O primeiro é a consciência corporal pública, que inclui as sensações subjetivas que as pessoas têm de sua aparência física, por exemplo, pele enrugada, queda de cabelo, barriga caída e a maneira como suas roupas caem bem no seu corpo. Esses e outros aspectos da aparência externa causam preocupação a muitas

peças idosas, pois a aparência física é uma parte importante da impressão estética que as pessoas desenvolvem uma das outras.

Um segundo aspecto da consciência corporal é a preocupação privada da função corporal, ou seja, a consciência que as pessoas têm das sensações do corpo que não são visíveis para os outros.

O terceiro aspecto da consciência corporal é a competência corporal. É a avaliação subjetiva da capacidade do corpo de cumprir os objetivos físicos que os indivíduos estabelecem para si mesmos (SPIRDUSO, 2005).

2.2.6 Reabilitação da pele envelhecida

Para obtermos uma pele bonita e saudável, precisamos de três itens básicos: brilho, elasticidade e hidratação adequada. Se a pele carece de uma destas condições (ou de todas), é possível que a pessoa não leve uma vida organizada, ou talvez não durma bem, e com certeza não se alimenta de forma equilibrada.

A pele é tão sensível que perde facilmente seu encanto, com consequência de uma vida irregular e por problemas de saúde. Por isso, é necessário eliminar as causas que deterioram o estado da pele, como por exemplo, insônia, stress, deterioração psíquica e metabólica, entre outros.

O envelhecimento da pele cria rugas inestéticas no rosto. Uma exposição solar excessiva e intensas variações climáticas, também provocam a rápida aparição das rugas.

O sedentarismo, a ingestão de alimentos ricos em gorduras, as pressões sociais modernas, fazem com que o indivíduo enfrente um mau funcionamento de seu sistema linfático, acumulando resíduos tóxicos nos tecidos, nas articulações e na pele (UP TO DATE, 1996).

2.2.1 Antioxidantes no controle do envelhecimento da pele

A deterioração rápida da pele acontece a partir de 30 anos. A função das glândulas sebáceas diminui, associando-se a mudanças hormonais com perda da textura elástica e da umidade local. A maior parte dos problemas da pele

acontecem no colágeno e elastina, que são fibras protéicas complexas do tecido conectivo formadoras de parte do sistema de suporte. Quando estas estruturas se deterioram, a pele torna-se inelástica, rígida e sua espessura diminui em até 50% a 75% aos 75 anos.

2.2.2.1 Entre os principais fatores que deterioram a pele se destacam:

- Efeito ozônio:

A EPA (Environmental Protection Agency), departamento do governo americano de proteção ambiental, estimou em 1998 que a cada diminuição de 1% na camada de ozônio, haveria a imputação de 4-6% na incidência de câncer. Acredita-se que para o ano 2075, 3,2 milhões de mortes serão secundárias ao câncer de pele por depleção de ozônio e excesso da produção de radicais livres.

- Cigarro:

Em 1991 no Annals of International Medicine foi estabelecido que o cigarro é um fator de risco independente para o desenvolvimento de rugas e que fumantes com mais de 50 cigarros por dia, tinham possibilidade 4,7 vezes maior de adquirir rugas prematuras do que os não fumantes. Os fumantes têm menor concentração de ácido ascórbico(vitamina C) dos que os não fumantes, o que favorece a ruptura do tecido conectivo a pele.

- Álcool:

Os seus efeitos são similares aos do cigarro, por desidratar o corpo e restringir o fluxo sanguíneo às células da pele. Ao consumir álcool, as células dérmicas perdem nutrientes essenciais como a vitamina A, necessária para manter a integridade da pele, unhas e cabelo.

O acetaldeído é um subproduto do álcool no metabolismo hepático e é conhecido por seu potente efeito oxidativo celular.

- Dieta e estresse:

Agem como fatores de intermediação na produção de radicais livres, assim como das relações cruzadas de macromoléculas, principalmente em nível de colágeno e elastina. (OLSZEWER, Dr. Efrain, 1994)

2.2.1.2 Radiações e envelhecimento cutâneo

Se por um lado, toda energia necessária à manutenção da vida em nosso planeta emana do Sol, parte de sua radiação tem efeito deletério sobre a saúde, principalmente pela formação de radicais livres.

Enfocando especificamente o envelhecimento cutâneo, o autor discorre sobre a ação dos raios UVA e UVB, os mecanismos de formação dos radicais livres e as diversas formas de proteção contra os efeitos deletérios da radiação solar, como pigmentação natural e o uso de vitaminas antioxidantes e filtros solares.

As radiações eletromagnéticas são constituídas de raios cósmicos, raios X, ultravioletas, visíveis, infravermelho e de ondas de rádio.

A radiação solar que chega à superfície terrestre constitui-se de ultravioleta B e A, de luz visível e de infravermelho. A ação de cada uma destas partes do espectro depende, em primeiro lugar, da sua energia, isto é, do comprimento de onda e da capacidade de penetrar através da pele. Na tabela I estão relacionadas as capacidades de absorção da pele.

A absorção de uma radiação significa a recepção de quanta luminosos por parte de determinados componentes do material biológico que forma a camada absorvente. Quanto maior for a quantidade de radiação absorvida pelas partes mortas da pele (camada córnea), menores serão os danos produzidos por ela.

- Infravermelho:

Esta radiação tem comprimento de onda entre 800 e 1800 nm. Representa 57% do total de energia solar que chega à superfície terrestre e a sua absorção através da pele é paulatina, chegando a 15% na hipoderme.

Não provoca reações patológicas, mas contribui para a aceleração dos efeitos negativos da radiação UV (fotoadição). Por outro lado, a elevação da temperatura provocada pelos raios infravermelhos conduz ao ressecamento devido a perda de umidade.

- Luz visível:

Engloba os comprimentos de onda entre 380 e 800 nm. Representa 39% da energia solar que aqui chega. Seu poder de penetração através da pele é inferior ao do infravermelho.

É a causa do desencadeamento de reações fototóxicas, em especial de fotoalergias.

- Ultravioleta A:

Está compreendido entre 315 e 380 nm, representa 3,9% da energia solar que incide sobre a superfície da terra. Seu poder de penetração é maior que do UVB e alcança a derme em até 39%. Com isto, altera a função imunológica; provoca elastose por degeneração das fibras elásticas.

- Ultravioleta B:

Encontra-se entre 280 e 315 nm. Representa somente 0,1% da energia solar chega à Terra. Somente 10% do UVB alcança a derme. Na pele forma o eritema com danos às paredes celulares e ácidos nucléicos; ajuda a obter pigmentação mais rápida e mais intensa (pigmentação indireta); promove o espessamento do estrato córneo; diminui a capacidade do sistema imunológico; está implicada na patogênese do câncer de pele.

2.2.3 Proteção Natural da Pele frente a Radiação

A pele tem uma série de mecanismos para se defender contra os efeitos negativos da radiação solar, que podem ser resumidos em: reflexão da radiação; dispersão da energia radiante; aumento da espessura da camada córnea; pigmentação; isomerização do ácido transurocânico na forma de *cis* por absorção de energia.

2.1.3.1 Pigmentação:

Mesmo que os mecanismos relacionados acima contribuam para a proteção natural da pele contra a radiação, não resta a menor dúvida de que o mais importante deles é a pigmentação. É curioso que somente a raça humana possua o pigmento melanina para proteger-se da luz. Todos os outros vertebrados superiores têm para tanto pêlos, penas ou escamas.

A formação da melanina tem lugar em células altamente especializadas: os melanócitos, que se encontram intercalados entre os queratinócitos da camada basal da epiderme. O material inicial para sua biossíntese é o aminoácido tirosina,

quimicamente a hidroxifenilalanina. Pela ação da enzima tirosinase passa a dopa-dihidroxifenilalanina, que é oxidada a dopaquinona através da ação da dopaoxidase. Através de várias etapas chega-se a indolquinona, cuja polimerização regida por um polimerase conduz à formação da melanina.

2.2.3.2 Regulação da função melanocítica:

Sem dúvida, esta aumenta consideravelmente com a radiação UV. Acredita-se que a radiação ultravioleta provoque a formação de radicais livres no tecido cutâneo. A tirosina, devido a sua natureza fenólica, atua como captora de radicais livres convertendo-se, por sua vez, em radical. Esta forma radicalar, parcialmente oxidada, poderia ser o material de partida para a síntese do pigmento, sendo desta forma o processo muito mais acelerado do que com a tirosina não ativada. A melanina formada atua como um filtro solar que impede a evolução ulterior do processo.

2.2.4 Efeitos dos Radicais Livres sobre a Matéria Viva:

A agressividade dos radicais livres reside no fato de serem moléculas que em sua órbita externa, onde ocorrem as reações químicas, têm elétrons “solitários”. Por razões quânticas, estes tendem a formar “dubletes” ao se emparelharem com outro elétron. Isto faz com que interfiram em outras reações, em especial naquelas onde haja transferência de cargas, como as oxidações.

Os danos produzidos pela radiação sobre a célula podem ser muito importantes e afetam especialmente o ADN do núcleo. Certos radicais livres se combinam com os ácidos nucléicos provocando mutações em sua estrutura.

2.2.4.1 As radiações aceleram o envelhecimento cutâneo:

A pele exposta diretamente ao sol sofre uma série de transtornos que se manifestam, entre outros, por um envelhecimento prematuro. A radiação afeta em especial os fibroblastos do tecido conjuntivo.

A maioria das alterações que afetam a pele, atribuídas a idade, devem-se ao dano acumulado produzido pela exposição à luz ultravioleta. Com a idade estas exposições se repetem, resultando em evidente dano cutâneo. Existe também a diminuição da função dos linfócitos T que implica numa menor capacidade de reconhecer e destruir as células epidérmicas anormais devido a mutações condicionadas pela radiação.

2.2.5 Efeitos Favoráveis da Radiação Solar :

Apesar das inegáveis qualidades estéticas de um corpo bronzeado, existem dúvidas de que se o sol exerce realmente as ações benéficas sobre o corpo. De um lado aumenta de forma pronunciada a produção de interleucina e interferon, materiais que combatem os vírus e eliminam as células cancerosas.

Sabe-se também que, sob a influência do Sol, a pele produz um hormônio semelhante àquele formado na glândula do timo que reforça o sistema imunológico, provocando maior formação de linfócitos. A radiação solar é imprescindível para a produção da vitamina D na pele. Esta vitamina possibilita a absorção do cálcio contido nos alimentos, com o que se obtém a formação normal dos ossos, unhas e cabelos.

O sol atua sobre as depressões psíquicas e o reumatismo, assim como sobre a gota, artrite e inflamação dos ovários. Comprovou-se também que aumenta a produção de hormônios sexuais e com isto a potência sexual. Eleva a pressão sanguínea e o rendimento metabólico, dando a sensação de bem estar.

2.2.6 Conclusões:

Tomando sol moderadamente, com a proteção adequada ao tipo de pele e tendo sempre cuidado com a intensidade luminosa que se recebe, as radiações podem ser benéficas. Por outro lado, condições mais ou menos extremas e sem as medidas protetoras necessárias, levarão a uma série de transtornos e doenças, entre os quais queimaduras, eritema, envelhecimento cutâneo prematuro, hiperpigmentações e melanomas. (ESTEVE, Miguel Margalef, 1994)

Tabela I. Capacidades de absorção das diferentes camadas da pele

	UVA	UVB	Visível	IV
Camada Córnea	80%	45%	20%	30%
Epiderme	10%	15%	10%	10%
Derme	10%	39%	65%	45%
Hipoderme	0%	1%	5%	15%

2.3 PRINCÍPIOS ATIVOS

2.3.1 Ácido Glicirrético

É um derivado do alcaçuz (*Gliciriza glabra*). É um composto de sabor adocicado, com efeitos semelhantes aos dos corticosteróides, embora menos potentes, demonstram-se mais duradouros. Apresenta excelentes propriedades anti-inflamatórias e antialérgicas, demonstrando atividade contra distúrbios crônicos e agudos da pele. Pode ser aplicado a produtos cosméticos, preparações anti-vermelhidão e antialérgicas (para pós-sol, pós-barba e pós-depilação).

(<http://www.arcanjomiguel.com.br/inditec/indice1.htm>)

Propriedades: anti-sensibilizante.

2.3.2 Ácido Kójico

É um produto obtido a partir de fermentação do arroz por espécies de *Aspergillus*.

O ácido Kójico é um despigmentante potente, não citotóxico e seguro, com excelente performance comprovada. Sua ação despigmentante é devida a sua capacidade de diminuição da formação da melanina pela inibição da enzima tirosinase. Atua como quelante dos íons cobre e também induz a redução da eumelanina e de seu monômero precursor chave em células hiperpigmentadas. Apresenta efeito anti-irritativo. (www.arcanjomiguel.com.br/inditec/indice1.htm)

Propriedades: despigmentante.

2.3.3 Alantoína

Produto da decomposição metabólica de purinas, também obtido por síntese, a partir da raiz e do rizoma do confrei (*Symphytum officiale*) (GOMES, Rosaline; MARLENE, Gabriel, 2006)

Alantoína favorece a proliferação celular acelerando a regeneração da pele lesada. Proporciona uma rápida epitelização em zonas lesadas da pele ou submetidas a um grande desgaste, ou a intempéries do tempo.

Assim, desaparecem os estados irritativos da pele, asperezas, e outras manifestações antiestéticas.

Propriedades: cicatrizante, estimulante da formação tissular, hidratante, umectante, calmante, revitalizante, ceratolítico. (www.sintetica.com.br/literaturas/alantoina_farm.htm).

2.3.4 Alfa-Hidroxiácido

É uma associação de ácido glicólico, láctico, cítrico, tartárico e maléico extraídos de vegetais.

Os alfa hidroxiácidos tem mostrado ser promotor de suavidade a pele, deixando a pele com aspecto mais jovem e também auxilia o aumento das células regeneradoras.

Ele tem sido usado no cuidado com a pele por muitos anos. Foi usada primeiramente por dermatologistas como peeling e agente umidificante para a pele. Só recentemente as empresas cosméticas descobriram o AHAs e suas milagrosas atividades. Desde sua descoberta, muitas empresas tem utilizado AHA em seus produtos para linhas de expressão.

A primária ação do AHAs consiste na capacidade dos queratinócitos- eles enfraquecem o vínculo que segura a morte das células da pele juntas. Quando

este vínculo é quebrado, as células mortas podem se desprender da superfície da pele, resultando em uma pele aparentando mais suavidade e mais jovem.

O ácido glicólico é o responsável pelo efeito imediato de suavidade na pele quando consumidores utilizam pela primeira vez um produto com AHA. Ácido cítrico, quando topicamente aplicado, estimula a síntese de colágeno. O ácido tartárico e málico ambos auxiliam na elasticidade da pele.

Testes clínicos tem demonstrado que os AHA dispõe de: atividade queratolítica significativa, atividade hidratante excelente, bom adjuvante antienvelhecimento, excelente sinergia com tratamento antiacne.

Indicado como promotor da renovação celular, em formulações antienvelhecimento. Em produtos de tratamento para remoção de manchas causadas pela pigmentação excessiva. No tratamento de peles acnéicas e comedogênicas. Em produtos para pele ressecada e desidratada (http://www.ufrgs.br/farmacia/cadfar/v15n1/pdf/cdf_v15_n1_p07_14_1999.pdf).

2.3.5 Biomin

São proteínas complexadas com alguns minerais. Esses derivados têm ação antiinflamatória e estimulador das células epiteliais (como os fibroblastos) que aumentam o consumo de oxigênio, promovendo a produção de colágeno e elastina, de grande importância na manutenção da saúde da pele.

Biomin é um bioativo composto de oligoelementos, preparados a partir de cultura de células de levedura enriquecidas com íons minerais. A complexação dos minerais com as proteínas acontece durante a reprodução e crescimento das células.

Exibe boa substantividade a pele e ao cabelo, tanto na manutenção da umidade como também ajudam na revitalização da pele e do cabelo, mantendo uma aparência saudável, visto que promovem os minerais essenciais na forma biotivada.

O Biomin é composto por alguns minerais, como ferro, o cobre e o manganês responsáveis pelo efeito catalítico na microcirculação, o zinco está envolvido em algumas reações enzimáticas causando crescimento celular, principalmente na formação dos ossos e das unhas, o silício atua como

estimulador da lipase na derme, minimizando os depósitos de gordura, além de ser um elemento constituinte de várias macromoléculas essenciais na formação de tecido conectivo-colágeno, elastina, condroitina sulfato, etc. Schwarz e Chen (1974) relatam que cada cadeia de proteína alfa na molécula de colágeno contém de 3 a 6 átomos de silício. Este conteúdo de silício decresce no organismo humano com a idade, visto que a absorção intestinal diminui com o envelhecimento, por isso uma suplementação de silício em produtos para a pele madura tem sido muito indicado.

2.3.6 Cera de Oliva

Árvore mediterrânea de cultura milenar, a oliveira encontra-se disseminada desde a Argentina, Austrália, Chile, Estados Unidos, até ao Japão, México e África do Sul, entre outros.

Em diferentes momentos da história, a oliveira esteve associada a práticas religiosas, mitos, tradições, manifestações artísticas e culturais, a usos medicinais e gastronômicos. Foi um ramo de oliveira que Noé recebeu como prova do fim do dilúvio, e foi no Jardim das Oliveiras que Jesus rezou nos seus derradeiros momentos de liberdade.

Na antiga Grécia, as mulheres, quando queriam engravidar passavam longos períodos de tempo à sombra das oliveiras. Da madeira das oliveiras faziam-se ceptos reais e com o azeite ungiam-se monarcas, sacerdotes e atletas. Com as folhas faziam-se grinaldas e coroas para os vencedores. A oliveira era considerada símbolo de sabedoria, paz, abundância e glória.

As folhas de Oliva contém um alto teor de um componente fito-químico denominado oleuropeína, reconhecido por sua potente ação anti-oxidante e anti-microbiana. Este fito- componente específico (oleuropeína) é responsável em grande parte pela proteção conferida a oliveira contra a ação de bactérias, fungos e insetos.

O Extrato de folhas de oliva ajuda proteger a integridade celular contra a ação dos radicais livres, além de exercer uma ação anti-inflamatória e foto-protetora.

A Cera de Oliva é uma cera lipídica natural obtida de 100% do óleo de oliva ultra refinado.

Propriedades: é responsável pelo transporte de componentes ativos dentro da pele; hidrata a pele e proporciona suavidade, utiliza-se largamente por suas propriedades anti-microbiana.

2.3.7 Extrato de Arroz

É uma herbácea anual, que pode chegar aos 2 metros. Sua raiz termina em um bonito ramo composto de uma pequena flor espigada. A fruta é de cor branca. Quando maduro, a semente tem um tegumento amarelado o qual resiste a malha.

O arroz cresce em áreas quentes e com umidade, ele é cultivado em brejos o qual mantém-se inundado quando começam a crescer. É essencialmente cultivado no leste do Egito, na Itália, na Louisiana e no Brasil. Há poucos campos de arroz no sudoeste da França. O arroz é o cereal mais utilizado na Índia e na China, dois países salvos da inanição.

A semente e o farelo são usados na medicina. É um pó fino freqüentemente recomendado para ajudar em inflamações. O arroz também era um componente principal em pó faciais, na cosmética feminina para deixar a mulher mais bonita a muito tempo atrás.

A semente madura com persistente brilho é um pó muitas vezes mais nutritivo do que batata. São polidas em tambores e esmaltadas, friccionadas em couro de parafina, antes de serem comidas por três quartos da humanidade. Este tratamento não é bom, pois destrói a maioria das vitaminas do arroz.

Como muitos outros cereais essenciais, o arroz simboliza vida, geração e abundância. Ele também é considerado como uma venturosa fascinação na Europa onde ele é atirado nos noivos quando eles saem da igreja. Na Índia, eles fazem amuleto. Na china, um cunho (quantidade) de arroz é atirado para fazer chover. Na Ásia, muitas cerimônias e festas envolvendo-os tanto cultura como colheita.

Propriedades: é um suavizante, hidratante e tonificante. Produtos para peles maduras, sensíveis e delicadas (www.sarfam.com.br).

2.3.8 Extrato de Bambu

Possuem de 8 a 15 metros, o bambu é uma planta herbácea longilínea, sua raiz pode ter de 05 a 10 cm de diâmetro. Cresce rapidamente, às vezes mais de 20 cm ao dia. De origem Asiática, nos dias de hoje é cultivada por todo mundo com propósito ornamental.

Sua raiz aérea é polida, ramificada, com importantes junções. A planta morre depois de sua florada, que é irregular.

O bambu é comestível e muito freqüentemente utilizado como alimento. Suas sementes são trituradas para fazer farinha comestível.

"O Bambu é um produto com uma prodigiosa diversidade de usos que perpassam inúmeros aspectos da vida cotidiana japonesa e da sua estética. A pintura, música, instrumentos musicais, paisagismo, arquitetura, jardinagem, utensílios domésticos, construção civil, etc, expressam a criatividade japonesa, que fez da cultura do bambu um importante ramo da sua economia agrícola, artesanal, industrial e pós-indústria".

"A atual medicina ocidental agora sabe dos ricos nutrientes encontrados no broto de bambu: proteína vegetal, fibras, aminoácidos, cálcio, fósforo, vitaminas B1, B2 e C. A medicina chinesa já sabe há mais tempo que o consumo regular de brotos de bambu ajuda na digestão, estimulando os movimentos peristálticos do estômago e intestino, previne e cura doenças cardiovasculares e cânceres e abaixa a gordura e a pressão sanguínea. Aqui no Brasil a medicina popular prescreve chá de folhas de bambu contra a tosse". (MARQUES, Celso. 2008)

Propriedades: remineralizante, reestruturante e tonificante, para peles danificadas; reestruturante para peles maduras

2.3.9 Extrato de Camomila

Seu nome Matricária provém do latim “mater” ou talvez de “matrix”- útero. A Camomila é uma planta originária do Sudeste da Europa. Na Grécia, a camomila florescia abundantemente, distinguindo-se desde a antiguidade pelo seu aroma peculiar.

A camomila é uma erva da família das Compostas e adapta-se praticamente a qualquer tipo de terreno. É uma planta herbácea anual que alcança, em média, de 30 a 50 cm de altura. Suas flores miúdas, semelhantes a margaridinhas brancas com o miolo amarelo, exalam um perfume delicado e enfeitam canteiros e vasos. O caule é ramificado e suas folhas bem recortadas. Originária da Europa, a camomila prefere clima ameno, mas é capaz de adaptar-se bem, desde que o clima não seja muito quente. As flores, onde se concentram as propriedades medicinais da planta, devem ser colhidas no período de junho a setembro.

Dizem que a camomila dá muita sorte e ajuda a atrair dinheiro, por isso, em tempos remotos, os jogadores costumavam lavar suas mãos com chá de camomila antes de jogos importantes.

Suavizante da pele: O óleo de camomila é um ótimo suavizante para queimaduras e irritações da pele (www.sarfam.com.br)

Propriedades: bactericida, fungicida, cicatrizante, anti-inflamatório, antiséptico, fungistático, é também utilizada em cosmética.

2.3.10 Extrato de Gengibre

Originalmente da Índia e Ásia tropical, o gengibre é uma planta herbácea perene, ou seja, que tem durante todo ano.

É um tubérculo carnudo e aromático. Possui flor esverdeada com manchas roxas na inflorescência. A parte utilizada é a raiz.

A Grécia tem utilizado a muito tempo mesmo antes de ter se descoberto sua propriedade medicinal e ser descrito que antigos árabes já cultivavam essa planta em abundância, sua raiz em conserva era importada pela Itália, tem propriedade forte de aquecimento digestivo e lentamente acalma o estômago.

O Gengibre era muito utilizado na França antes do fim do século 18, mas nos dias de hoje é mais apreciado na Inglaterra e Alemanha, como um tempero e condimentos e aromatizantes e em bebidas alcoólicas e não alcoólicas e geléias. Tribos do Senegal usam gengibre quando fazem cuscuz. Na Índia, ainda não maduro o gengibre é utilizado em salada.

Os árabes costumam utilizar o gengibre pelas virtudes afrodisíaco e um poderoso preventivo de pestes.

Na história simboliza o amor, sucesso, poder e dinheiro. Dizem que plantar raiz de gengibre já crescida, o dinheiro não demorará por vir. Similarmente, é aconselhado polvilhar gengibre em carteiras ou no Oceano Pacífico, os habitantes da Ilha Dobu usam para fazer mágicas: depois de terem mastigado-o, eles tiravam doenças, fazendo o mesmo para parar tempestades.

Propriedades: estimulante cutâneo, anti-séptico, descongestionante, refrescante, auxiliar na microcirculação periférica, aromatizante e tonificante. Indicado para cuidados de peles maduras, danificadas e sem vitalidade (www.sarfam.com.br)

2.3.11 Extrato de Shitake

Shitake é um fungo simbiote, ou seja, que se associa a outro ser vivo (no caso tronco de árvores), trocando nutrientes, ajudando-se mutuamente a atingindo um desenvolvimento harmônico.

O cultivo do Shitake é o mais antigo dentre os cogumelos comestíveis. Seu consumo ocorre há milhares de anos, sendo considerado no Japão como um “elixir da vida”.

As principais substâncias que conferem ao shitake atividades diferenciadas são a Lentionina; a eritadenina; e o polissacárido Lentinan, que possui atividade antidegenerativa dos tecidos, antiviral e imunoestimuladora do metabolismo.

O Shitake é fonte de aminoácidos, minerais (cálcio, potássio, iodo, ferro), vitaminas (tiamina, riboflavina, niacina, ácido ascórbico e complexo B) e proteínas.

Propriedade: hidratante, suavizante, emoliente, restaurador. Estimulante do sistema imunológico.

2.3.12 Isoflavona – Íris Isso

A principal característica de uma pele envelhecida é sua atrofia, causada pela redução das atividades metabólicas e a perda do relevo da junção dermo-epidérmica (DEJ). Na derme, há redução da síntese de proteínas da matriz extracelular e perda das estruturas dos sistemas de colágeno e elastina.

Estas alterações causam o aparecimento de linhas, rugas, ressecamento e perda das propriedades viscoelásticas da pele. A pele então perde seu tônus e apresenta aparência cansada.

A menopausa acentua esse processo de envelhecimento da pele. Estudos recentes apontaram os efeitos dos fitohormônios sobre a saúde e o processo de envelhecimento. As japonesas, que vivem no Japão, sentem menos desconfortos durante a menopausa do que as ocidentais, pois consomem grande quantidade de soja e derivados e ingerem diariamente de 10 a 20 vezes mais isoflavona. Após degradadas pela flora intestinal, as isoflavonas são similares aos estrogênios. Os fito-estrogênios são encontrados em um grande número de plantas e estão divididos em dois grupos:

A Íris Isso é rica em isoflavonas e como resultado de sua ação anti-protease, fortifica a derme e reforça a função de barreira da pele, limitando a perda de água e combatendo o seu ressecamento.

Estimula a síntese das proteínas de ancoramento – moléculas responsáveis pela fixação das células basais da epiderme à junção dermo-epidérmica – tais como 1 e 5 lamina, preservando assim a coesão da pele.

Íris Iso compensa a perda das atividades hormonais, melhorando assim o tônus da pele, aumentando sua hidratação, elasticidade, reduzindo a aparência das rugas em até 64%.

Isoflavonas: presentes nos grãos de soja e também no chá, alho, ervilha entre outros

Lignina: encontrada em grãos de cereais, sementes de legumes. “O termo lignina é proveniente da palavra latina “lignum”, que significa madeira. A lignina é caracterizada por ser um complexo aromático (fenólico), no qual existem muitos polímeros estruturais (a família das ligninas), sendo a mais abundante no mundo vegetal, além de ser a única fibra de composição não polissacarídica, mas formada por complexos ácidos fenólicos. É responsável pela rigidez da parede das sementes, originando material muito resistente”. (TRUCOM, Conceição.2006)

Propriedades: tonificante, hidratante, aumenta a elasticidade da pele, além de reduzir a superfície e a profundidade das rugas finas.(GOMES, 2006)

2.3.13 Moist 24 (*Imperata cylindrica*)

Sua origem é Australiana e asiática. Uma planta resistente que pode sobreviver no deserto ou em meio salino. É um extrato alcoólico da raiz da planta, rico em potássio e DMSP (3-dimetilsulfopropionato).

O potássio presente mantém o citoplasma celular maior, enquanto que na sua ausência deixa-o reduzido (<http://www.croda.com.br/>).

Propriedades: fornecedor de água, hidratação da epiderme por 24 horas.

2.3.15 Óleo de Semente de Algodão

O Algodão (*Gossypium spp*) pertence a família Malvaceae e é conhecida como “nature’s food and fibre plant”.

As fibras de algodão encontradas em descobertas arqueológicas na Índia, as análises mostraram que as fibras eram datadas de um período de 3000 A.C.. Os primeiros indícios de óleo de algodão prensado foi documentado nos livros medicinais Hindus. Um produto tópico medicinal foi preparado pela moagem da semente de algodão seguida de fervura para a extração do óleo. Entretanto a produção em grande escala provavelmente iniciou-se no final do século XVIII.

O alto teor de ácidos graxos e ácidos linoléico torna o óleo de semente de algodão muito interessante para aplicações dermo-cosméticas. O ácido graxo

essencial apresenta uma função imunoregulatória vital no complexo processo bioquímico de manutenção das boas condições da pele. O ácido linoléico conhecido como Vitamina F, é convertido em ácido araquidônico e outros membros dos ácidos graxos da “família omega 6” pela biossíntese in vivo. Estas cadeias longas, ácidos graxos altamente insaturados são importantes na estrutura da membrana para manter a integridade da manto hidro-lipídico, prevenindo a perda de água, e como material precursor para síntese de substâncias “hormone like”, tais como as prostaglandinas e tromboxanas.

A aplicação tópica de trigliceróis ricos em ácido linoléico tem sido utilizada para restaurar as barreiras lipídicas de indivíduos que sofrem de deficiências de ácidos graxos e apresentam funções do estrato córneo debilitadas. Susceptibilidade diminuída em pele com xerosis no inverno também foi demonstrado por estes óleos. O ácido linoléico é também considerado como um precursor vital de ceramidas, os quais são essenciais no equilíbrio do manto hidro lipídico cutâneo e na prevenção do ressecamento cutâneo. Conseqüentemente a função de barreira da pele pode ser melhorada pela aplicação tópica de triglicerídeos ricos em ácidos graxos de linoléico, tal como, o óleo de semente de algodão.

A principal fonte é a semente, contendo cerca de 30% do óleo na base do seu peso seco. A composição do ácido graxo depende da espécie do algodão e das condições de cultivo e crescimento.

Propriedades: Alto conteúdo de ácidos graxos essenciais; alta estabilidade a oxidação; emoliente e nutritivo e restaurador do manto hidrolipídico.

2.3.16 Óleo de Girassol (*Helianthus annuus*)

O girassol é uma planta originária das Américas, que foi utilizada como alimento, pelos índios americanos, em mistura com outros vegetais.

No século XVI, o girassol foi levado para a Europa e Ásia, onde era utilizado como uma planta ornamental e como uma hortaliça.

Nos primeiros trabalhos de melhoramento o enfoque era dado à seleção de plantas com sementes e capítulos grandes. Foi na União Soviética que o melhoramento o enfoque era dado à seleção de plantas com sementes e capítulos grandes. Foi na União Soviética que o melhoramento de girassol, para produzir genótipos com altos teores de óleo, teve o início. Desde então, com o crescimento do consumo de óleo comestível, a produção mundial de girassol tem evoluído, sendo liderada pela União Soviética, Estados Unidos, Argentina e China. Atualmente, o girassol ocupa o quarto lugar como fonte de óleo comestível, seguido da soja, palma e canola. Como fonte protéica, o girassol também é classificado como a quarta opção, para a ração animal e uso humano. Várias pesquisas sobre a utilização e o processamento da proteína de girassol vêm sendo desenvolvidas e países, como os Estados Unidos, França, Itália e Canadá já possuem indústrias produzindo farinhas, concentrados e isolados protéicos.

Propriedades: atua como emoliente e hidratante, seu extrato vegetal é usado como anti-inflamatório (www.aboissa.com.br/girassol/index.htm)

2.3.17 Vitamina A

A vitamina A, ou retinol, é essencial não somente para o desenvolvimento da pele, mas também para o crescimento e manutenção dos ossos, glândulas, dentes, unhas e cabelos, participando também da elaboração e regeneração de substâncias indispensáveis à fisiologia da visão, desempenhando um importante papel na regulação do crescimento das células epiteliais e manutenção da integridade das mesmas, sendo que parte do desenvolvimento da epiderme é controlado por essa vitamina.

Há evidências de que esta pode também alterar ou modular a síntese de colágeno.

Após a aplicação tópica de vitamina A, a pele é ativada para produzir mais proteína epidérmica e para tornar a epiderme mais espessa, coberta de camada de queratina melhor formada. Estes efeitos estimulantes da Vitamina A se contrapõem às mudanças que ocorrem com o envelhecimento. A pele envelhecida possui uma epiderme fina, com a camada de queratina mal formada e uma série

de outras alterações. A deficiência de vitamina A leva a alterações no epitélio (como atrofia), na proliferação de células basais e na diferenciação de novas células no epitélio córneo.

A deficiência de vitamina A causa comedões acnéicos à medida que os folículos capilares e glândulas sebáceas se obstruem. Este impedimento ao fluxo de sebo produz também fragilidade, ausência de maleabilidade e vida ao cabelo. Nas deficiências severas, os tecidos epiteliais e conectivo podem vir a ser sítios de infecção devido à diminuição da resistência celular frente à invasão bacteriana.

Propriedades: é um bom cicatrizante, promovendo regeneração celular quando veiculado nos cremes anti-rugas, ativa a secreção sebácea nos cremes para peles muito secas, ativa a queratinização para melhora das peles envelhecidas. (GOMES, Rosaline; MARLENE, Gabriel, 2006)

2.3.18 Vitamina E

Líquido oleoso levemente amarelo a esverdeado, aparece na natureza na forma de tocoferóis, dos quais a forma alfa tem a maior potência biológica, é atualmente considerada essencial para a estabilidade das membranas biológicas, especialmente aquelas contendo grandes quantidades de ácidos graxos poliinsaturados. A oxidação de gorduras insaturadas produz peróxidos lipídicos, que interferem com a estrutura e função de membranas biológicas. Sabe-se que a vitamina E age como um antioxidante biológico que intervém no metabolismo intermediário, protegendo da oxidação os constituintes celulares, inibindo a formação de peróxidos lipídicos. Tem ainda um papel contra o envelhecimento especialmente da pele, já que a peroxidação lipídica em tecidos parece ser uma das causas do envelhecimento cutâneo.

Propriedades: ajuda a pele acalmar; é regeneradora da pele seca, queimada, e danificada pelo sol. Lubrifica e nutre qualquer pele, ajuda a aumentar a quantidade de oxigênio presente nas células cutâneas.

2.3.19 Filtros solares

(ácido sulfônico fenilbenzimidazol, p-metoxicinamato de octila, metilbenzeldeno cânfora)

Os efeitos deletérios dos raios solares, tais como queimaduras (eritema/edema), envelhecimento precoce e câncer de pele, fazem da fotoproteção uma necessidade, não apenas nas exposições prolongadas (em loções e cremes bronzeadores, emulsões bloqueadoras), mas também diariamente, em cremes, loções géis, géis para os cabelos, maquiagens e batons.

Os filtros solares utilizados apresentam amplo espectro, compreendendo as faixas do UVB e UVA, segurança (dermatologicamente testados e “PABA FREE”).

2.4 MUSICOTERAPIA

A musicoterapia é uma terapêutica que não apenas contribui na humanização dos cuidados em saúde, mas também constitui uma forma inovadora, simples e criativa para alívio da dor, tratamento de distúrbios psicossomáticos, físicos e espirituais. Para adeptos da musicoterapia, evidencia-se uma sensação de paz, alegria, tranqüilidade, descontração e bem estar, segundo Benenzo.

Esse conceito, talvez simplista, tem como finalidade valorizar o aspecto terapêutico sobre o musical. E compreendemos, ao longo deste tratado, que se confundem os termos e se dá mais ênfase ao problema musical, sendo este último um elemento que só distingue os meios e as técnicas do verdadeiro objeto, que é o terapêutico.

Considerando que o tálamo é a área onde chegam as sensações e emoções que ocorrem em um plano não consciente, pode-se dizer que, mediante um ritmo musical, podemos condicionar uma resposta inconsciente automática.

Uma pessoa pode tamborilar com os seus dedos ou assoviar, acompanhando a música em nível do tálamo; mas, somente a nível cortical é possível apreciar conscientemente uma música por isso, o ritmo e, portanto, a melodia, são atributos do homem e dos animais, pois ambos se desenvolvem a nível subcortical, mas a harmonia só se pode realizar a nível cortical e é atributo exclusivo do homem. Essa explicação fisiológica do efeito da musica é descrita por Benenzon (1988).

A sala de musicoterapia: deve ser uma sala especialmente preparada para poder ministrar, sem dificuldades, a terapia pela música dentro de um contexto não-verbal. (BENZON,1988).

Exatamente a música mediativa, sons prolongados, movimentos lentos ou um único som podem ser sentidos pela primeira vez ou aceitos até mesmo pelas pessoas tensas mais rígidas ou intelectuais quando se dá a elas a tarefa de prestar atenção à própria respiração. Nós podemos “não ter tempo” devemos sempre estar “ativos”, pois o primeiro passo para se recuperar os sentidos seria o choque de que toda pressa é na verdade irracional e leva apenas a uma maior perda de sentidos. As pessoas ocupam-se cada vez menos consigo mesmas e são dolorosamente afetadas quando alguém se preocupa com seu íntimo.

Apesar disso, é necessário encontrar caminhos para se redescobrir os espaços interiores, para se perceber de forma consciente a própria respiração, para se estimular com a própria voz o que acontece em volta, para tornar o canto possível, para se promover os movimentos respiratórios naturais, que permitem que as pessoas encontrem sua própria viração, seu próprio som. (Hamel, 1991)

2.4.1 Benefícios da música para o equilíbrio psíquico-físico

A música tem efeito fisiológico direto nas pessoas, incrementa o volume sanguíneo, diminui e ajuda a estabilizar o ritmo cardíaco e baixa a pressão sanguínea. Combate o nervosismo, cefaléias, insônia, stress, auxilia o bom funcionamento fisiológico e torna mais lenta e profunda a respiração.

2.5 MÚSICA INDIANA

Não é fácil esclarecer em palavras o que a música indiana significa, pois ela pouco tem em comum com a nossa: em essência, juntamente com a dança indiana, ela tem um significado único. Nenhuma intenção, nenhum perfil normal definido, nenhum começo, nenhum fim: um flutuar e ondular da corrente da vida que sempre flui. Daí o mesmo efeito sobre o ouvinte: ela não cansa, poderia durar para sempre, pois ninguém fica saturado da vida. Ela parece projetar sobre o

fundo da eternidade não o tempo, absolutamente, mas determinadas circunstâncias da vida que nela aparecem.

Certa vez, um artista francês fez o seguinte comentário sobre a música indiana: *c`est la musique du corps astral.* Ela é exatamente isso (na medida em que existe um reino astral que corresponde às noções transmitidas): um grande mundo, imensurável, no qual as circunstâncias assumem o lugar dos objetos. Não se presencia nada de determinado, nada de palpável; fica-se excitado, e vive-se o mais intensamente possível. Ao seguir as transformações dos sons, chega-se mesmo a ouvir a própria verdade.

A música indiana localiza-se em outra dimensão que não a nossa, o que lhe é característico. Comparada com a nossa, esta música é monótona; freqüentemente uma composição longa compreende apenas umas poucas notas, muitas vezes uma única nota é responsável por toda uma atmosfera. A verdade dessa música localiza-se em outro lugar; na dimensão da intensidade pura; nenhuma superfície mais ampla é necessária. A metafísica indiana também é monótona. Ela fala sempre do Um, sem que haja um outro, no qual Deus, alma e mundo fluem em conjunto, o Um é o ser mais íntimo de toda a variedade.

Para ouvidos ocidentais, toda a música indiana no começo soa bastante parecida, e possivelmente monotônica e estranha. Estamos acostumados a ouvir uma música plástica, dirigida para fora, e com freqüência percebemos somente o seu contorno externo, que é tanto mais efetivo quanto mais continuada, drástica e repentinamente ela se transforma. Ouvir um único som durante um longo espaço de tempo ou uma seqüência de sons sempre iguais faz com que uma pessoa de consciência exclusivamente mental fique nervosa e irritada em vez de sentir-se calma ou confortada pela impressão causada por essa seqüência. A música indiana, que vive completamente imersa na consciência mítica, requer uma entrega de si mesmo, um estado relaxado, uma continuidade sem expectativas, a capacidade de introduzir-se passivamente em regiões onde o pensamento e a racionalidade ininterruptos não têm mais nenhum poder.

No século passado, efetuaram-se observações sobre o efeito que a música exerce sobre os pacientes. Assim, o médico vienense Hofgartner relata que com música mais rápida e agradável os olhos do paciente brilhavam, o pulso se acelerava e as faces ficavam coradas; por outro lado, música mais lenta e

sombria trazia como conseqüência embaçamento dos olhos, palidez no rosto e redução no ritmo das batidas cardíacas. Em seu significativo livro sobre cura pela música, Aleks Pontvik relata o emprego de uma orquestra, no final do século XIX, para o tratamento de doentes dos nervos. Conta também que em Nápoles fundou-se um hospício no qual músicos eram contratados tendo em vista objetivos terapêuticos.

Entretanto, como o cientista soviético U. Berdyjew, da Faculdade de Medicina de Samarkand constatou, sons com diferentes alturas, volumes e timbres atuam de forma diferenciada sobre o sistema cárdio-circulatório. “Nosso organismo está submetido a biorritmos. Falando de forma figurada, pode-se dizer que o homem ‘ressoa’ em relação à música, como uma corda. Uma dessas ‘cordas’ é sobretudo o sistema nervoso. Por isso, quando utilizada como estimulante, a música tende a reforçar os processo rítmicos do organismo.

É um fato comprovado que música rápida acelera também o batimento cardíaco, e que a música pode influir também na pressão sanguínea, no ritmo cardíaco, e mesmo modificar um eletrocardiograma.

No Brasil, o trabalho da musicoterapia vem sendo desenvolvido especialmente em escolas especiais, clínicas e hospitais psiquiátricos, centro de reabilitação, hospitais clínicos, onde profissionais musico terapeutas têm sido requisitados para terapia de apoio, auxiliando na recuperação e manutenção do individuo no seu sentido amplo.

Também existem pesquisas sobre a atuação da música no tratamento de doença neurológicas como Alzheimer, Parkinson, dentre outras. Além disso, alguns estudos indicam que ouvir música afeta a liberação de substâncias químicas cerebrais poderosas que podem regular o humor, reduzir a agressividade e a depressão e melhorar o sono.

Exatamente a música mediativa, sons prolongados, movimentos lentos ou um único som podem ser sentidos pela primeira vez ou aceitos até mesmo pelas pessoas tensas mais rígidas ou intelectuais quando se dá a elas a tarefa de prestar atenção à própria respiração: quando se inala, quando se exala, se a respiração é regular ou se está tolhida. A vivência do corpo é uma capacidade, ou melhor, um presente, diametralmente oposto à nossa educação voltada para a produção. Nós podemos “não ter tempo”, devemos estar sempre “ativos”, pois o

primeiro passo para se recuperar os sentidos seria o choque de que toda pressa é na verdade irracional e leva apenas a uma maior perda de sentidos.

Quantas vezes observou-se que exatamente pessoa simples, sem nada daquilo a que chamamos de formação, possuem uma sensibilidade espontânea admirável, para a qual ninguém lhes chama a atenção, e que em seu ambiente não é incentivada por nenhum tipo de conversa ou estímulo. As pessoas ocupam-se cada vez menos consigo mesmas e são dolorosamente afetadas quando alguém se preocupa com seu íntimo.

Entende-se, portanto, que o estudo sobre o poder da música tem se tornado um desafio bastante relevante no meio científico e pode inferir em resultados importantes para a assistência à saúde, pois apesar desses avanços, a musicoterapia parece ainda ser contestada, por parcela da população, quanto às suas ações terapêuticas e cientificidade de seus métodos. Percebe-se ainda a falta de reconhecimento e investimentos na implantação desta modalidade terapêutica nos serviços de saúde. De acordo com (DOBRO, 1998, p.02) “trata-se de um assunto controverso, com resultados ainda pouco estabelecidos em nossa população”.

Apesar disso, é necessário encontrar caminhos para se redescobrir os espaços interiores, para se perceber de forma consciente a própria respiração, para se estimular com a própria voz o que acontece em volta, para tornar o canto possível, para se promover os movimentos respiratórios naturais, que permitem que as pessoas encontrem sua própria vibração, seu próprio som.

2.6 MASSAGEM AYUERVEDICA

2.6.1 Histórico

Uma das medicinas mais antigas do mundo é a medicina ayurvédica (do sânscrito *ayus* “vida”, e *veda*, “conhecimento”), criada há mais de 5 mil anos, que tem origem indiana, vê a saúde como uma consequência direta e viver-se em harmonia com o universo. Assim, para equilibrar a saúde, o médico ayurvédico por meio dessa medicina realiza suas consultas sem a pressa habitual da medicina ocidental.

As origens da ayurvédica provém do Vale do Rio Indo, Índia, 3000 a.C., acredita-se que foi a primeira grande civilização do mundo, na cidade de Mohenjo Daro. A Ayurvédica começou a aparecer nos meados do segundo milênio a.C., quando os povos arianos invadiram o Vale dos Indos, provenientes do centro da Ásia, impondo seu sistema de divisão social em castas e a sua religião que se baseava nos Vedas. Os textos védicos não tratavam só de religião, eles também eram a fonte de conhecimento médico que foi a base da Ayurveda.

A cidade de Mohenjo Daro foi descoberta em 1922, por arqueólogos que se assustaram com seu tamanho, sendo uma das maiores do mundo, em sua época, e sobre tudo pelo seu aspecto “moderno”.

No século XIX a ocupação da Inglaterra na Índia deixou a medicina ayurvédica a beira do esquecimento, pois só aceitavam a prática da medicina ocidental. Porém em meados do século XX, com o movimento nacionalista indiano liderado por Mahatma Gandhi, foi estimulada a procura das raízes da medicina Ayurvédica, trazendo de volta essa prática. De tal forma que hoje existem mais de 400 mil médicos na Índia que praticam essa modalidade da medicina, inclusive com a implantação da Universidade de Ayurveda Gujarat, que é a única instituição universitária no mundo de medicina Ayurvédica. Atualmente os acadêmicos ocidentais se esforçam para compreender a medicina Ayurvédica, de tal forma que em julho de 2003, foi realizada a 8ª Conferência Internacional de Medicina Ayurvédica, na Universidade de Cambridge, Inglaterra, com objetivo de promover o estudo dessa medicina indiana a partir das perspectivas antropológicas, biomédicas, econômicas, farmacológicas, históricas, literárias e sociais. Foi necessário considerar várias áreas do conhecimento para explicar esse sistema médico pelo fato de ser diferente da medicina ocidental, procurando ser compreendida pela visão analítica do pensamento científico, pois o sistema ayurvédico se baseia em uma concepção holística do mundo, na qual o todo não se resume na soma das partes (CAMPADELLO,2005).

2.6.2 Sobre a massagem ayurvédica

A massagem Ayurvédica faz parte da milenar e tradicional medicina

Ayurvédica.

Conceitualmente a massagem Ayurvédica é uma técnica de massagem alia movimentos vigorosos e profundos em toda massa muscular junto com manobras de tração e alongamento, faz da estimulação de pontos e órgãos vitais, visando o equilíbrio físico, mental, psíquico, energético e espiritual. Um corpo em perfeita harmonia, com uma postura correta faz a pessoa sentir um contínuo bem-estar, ou seja, mantém as energias e a circulação sanguínea fluindo corretamente. O corpo mantém-se calmo em estado de relaxamento, a mente aquieta-se, o sistema linfático e a circulação sanguínea se harmonizam, os músculos conseguem ficar com maior flexibilidade, o sistema nervoso funciona de forma equilibrada, órgãos e glândulas passam a e realizar harmoniosamente as suas funções.

A massagem Ayurvédica abre naturalmente os chakras de forma simples e progressiva, sem os perigos de aberturas prematuras que provocam desequilíbrios. É um dos meios mais eficazes para o equilíbrio de todo o sistema energético corporal.

Por ser espiritual a massagem obedece rigorosamente a certos circuitos de energia e deve ser executada progressivamente. Ressalta-se que a seqüência deverá ser obedecida à risca, para que ocorra a movimentação correta da circulação energética e sanguínea em todo corpo (CARDIM,1999).

A medicina ayurvédica não encara o ser humano como um grupo de processos bioquímicos. Não considera a mente como uma função cerebral. Não vê a pessoa como um mero produto de circunstancias social. (FRAWLEY, 1996).

2.2.2 Quem pode receber uma massagem ayurvédica

Recomenda-se que a massagem seja uma terapia complementar a outros tratamentos e principalmente como relaxamento e manutenção da saúde, sendo benéfica como terapia auxiliar na recuperação de problemas físicos, doenças e desordens psíquicas e espirituais. Portanto, por precaução, recomenda-se que de forma alguma a recebam pessoas com câncer maligno (Carcinoma), gestantes e pessoas soropositivas. Os demais casos deverão ser analisados com extremo critério. Deve-se evitar fazer a massagem em pessoas que estejam com alguma

infecção, febre, com muitas erupções na pele, com algum tipo de dor que as impede de mover as pernas, fragilidade capilar (veias que estejam muito sensíveis), ou zonas com algum tumor ou, se algum médico tenha desaconselhado. Em zonas que estejam muito doloridas deve-se fazer a massagem de forma mais leve (CARDIM, 1999).

2.2.4 O poder que a massagem ayurvédica exerce no processo de limpeza do corpo

A massagem Ayurvédica é extremamente benéfica para problemas de stress, atuando adequadamente sobre os músculos, pele e células nervosas. A irritação, tão comum nas pessoas que apresentam um stress excessivo, declina com o decorrer das sessões. O stress provoca, dentre outros males, vasoconstrição, contração de tecidos, os quais acabam por reter no organismo as toxinas e abalar o sistema nervoso. Ativa a assimilação de oxigênio e dos nutrientes de que o corpo necessita, o que é primordial para recuperá-lo integralmente. Com o restabelecimento do bom funcionamento dos complexos capilar e linfático, os venenos, ácidos e as toxinas que se alojaram no corpo e que estão prejudicando, agravando inclusive o stress, são eliminados naturalmente dos tecidos internos com a aplicação da massagem. A massagem Ayurvédica, tem comprovado a sua eficácia na liberação das toxinas do corpo, no seu rejuvenescimento e no combate ao stress e agitação mental que a vida contemporânea cria. Durante o tratamento, o processo liberador dos fluidos corporais começa a ser ativado e passa a desintoxicar células do corpo e órgãos, além de purificar os circuitos internos de energia (CARDIM, 1999).

2.2.5 Benefícios

Um dos primeiros benefícios verificados dá-se na circulação sanguínea, que é ativada naturalmente e sem provocar qualquer tipo de esforço por parte do paciente. A massagem Ayurvédica não produz células sanguíneas, mas direciona-as por todo o corpo, renovando-o intensamente. A ativação da corrente sanguínea e energética irriga tecidos com sangue rico em oxigênio e energia,

produzindo uma espécie de analgésico curativo natural.

Estudos mostram que a repetição dos movimentos realizados pelo terapeuta nos tecidos aumenta também a quantidade de glóbulos brancos. Outro fator positivo que ocorre durante as sessões é o aumento do fluxo sanguíneo sem esforço do coração: a pulsação abaixa porque o coração passa funcionar mais lentamente, deixa o paciente descansado naturalmente, um relaxamento profundo é obtido depois de alguns minutos de massagem. A fadiga muscular diminui ao mesmo tempo que é revitalizada. Os nervos e o cérebro também recebem amplamente os benefícios juntamente com a pele e o cabelo, que ganham nova vitalidade. As células mortas, frágeis e soltas são eliminadas de forma natural e imediata do corpo.

O cabelo, que só se nutre a partir da parte interna do couro cabeludo ganha também nova vitalidade. Durante uma massagem Ayurvédica os capilares sanguíneos superficiais e as glândulas sebáceas são estimulados e voltam a exercer suas funções de forma equilibrada, dando ao cabelo um aspecto natural lustroso e hidratado. Numa simples sessão de massagem Ayurvédica temos a eliminação dos ácidos e das toxinas que estavam alojadas nos músculos, a dor passa a ser controlada, os nervos são acalmados, os tendões e ligamentos são alongados. A circulação aumenta de forma natural sem acelerar o pulso cardíaco, o conteúdo de oxigênio nos tecidos também aumenta, as rugas diminuem, desaparece a tensão, os sentimentos depressivos são transformados levando o paciente a ter atitudes positivas e otimistas, ocorre maior tonificação dos músculos e o sono é estimulado.

Após uma massagem, o paciente levanta-se com uma sensação de frescor, leveza e tranqüilidade. (CARDIM,1999).

2.2.6 Sessões

Recomenda-se que o paciente receba pelo menos 10 sessões para que o tratamento tenha um circuito energético completo e para que os benefícios sejam mais duradouros.

Quanto à periodicidade do tratamento, poderá ser de no mínimo 1 sessão por semana até completar as 10 sessões recomendadas. Cada caso deverá ser

estudado cuidadosamente pelo terapeuta (CARDIM,1999).

2.2.7 Chakras



Figura 1. Os sete chakras. Fonte: KEILHAUER; GOBLE, 2000.

Chakras: o Ponto Central de Realinhamento das Energias Com a Massagem Ayurvédica

A massagem Ayurvédica centraliza sua movimentação no sentido caudo-cefálico, ou seja, estimula a circulação sanguínea e energética em direção ao coração, ativando-o, e contribui não só para o desenvolvimento da glândula timo, mas também para a refinação das energias mais densas para um campo sutil renovando, desta forma, todo o complexo energético.

Por fazer parte de uma tradição Indiana, a massagem Ayurvédica tem também como objetivo:

- ✓ Centralizar e dinamizar os principais vórtices de energias (chakras maiores) do corpo físico.
- ✓ Centralizar e dinamizar os vórtices secundários de energias (chakras menores) do corpo físico.

A massagem Ayurvédica trabalha, com os 7 centros principais, localizados na junção dos lados o esquerdo e o direito do corpo, que são centrados na coluna vertebral, e com alguns vórtices menores, que são auxiliares aos principais. Cada um desses pontos de energias possui uma função específica para o bom funcionamento dos corpos sutis e físico do ser humano, e seu mau funcionamento causa freqüentemente desequilíbrios num desses corpos e principalmente nos órgãos do corpo físico a ele conectados(CARDIM,1999).

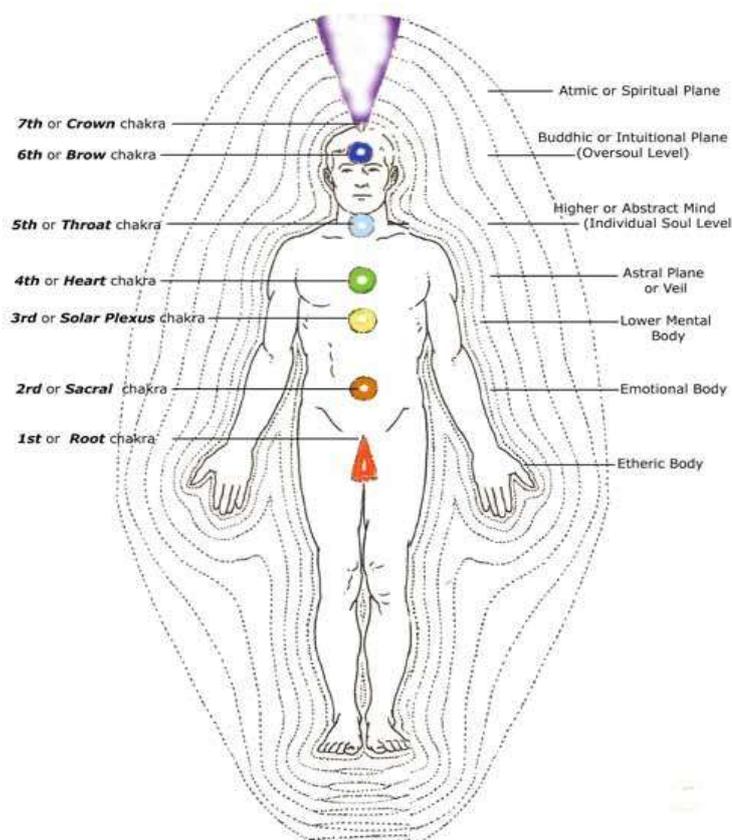


Figura 2 – Os corpos sutis.

Fonte: <http://www.qiionline.org/energetic-body/>

-**Chakra basal** (*Muladhara chakra*) ou “centro-raiz”. Se localiza é a base da coluna acima do cóccix, entre a terceira e quarta vértebras coccígeas, extremidade inferior da medula espinhal.

- **Chakra sacral** (*Swaddhísthana chakra*) ou “seu próprio controle” . Localiza-se na raiz dos órgãos genitais, entre a 4ª e 5ª vértebras sacrais, acima do plexo prostático, ilíaco ou pélvico e o gânglio sacro-espinhal.

-**Chakra umbilical** (*Manipura chakra*) do plexo solar ou “jóia brilhante”. Esse chakra fica localizado na altura da quarta vértebra lombar acima do umbigo

no plexo solar (contém os plexos celíaco, diafragmático, epigástrico, esplênico e supra-renal) e ainda no lombo-espinhal.

-**Chakra cardíaco** (*Anaháta chakra*) ou “assento cardíaco”. Localiza-se sobre o coração entre a sexta vértebra dorsal e a quarta vértebra torácica, sobre o plexo cardíaco pulmonar e o gânglio torácico espinhal.

-**Chakra laríngeo** (*Vishuddha chakra*) ou “purificador”. O 5º chakra localiza-se na garganta, acima do pomo-de-adão, entre a 4ª e a 7ª vértebras cervicais.

-**Chakra frontal** (*Ajna chakra*) ou “visão frontal” Sua localização é na altura da primeira vértebra cervical e no centro do frontal do intercílio, dois dedos acima da união das sobrancelhas, acima do plexo cavernoso da glândula pituitária ou hipófise. Controla os hormônios da hipófise anterior que secreta a tirotrofina(TSH) ou a adrena corticotrofina(ACTH) e na hipófise posterior em conjunto com o hipotálamo, os quais secretam a oxitocina e a vasopressina. Regula a pituitária e governa o cérebro inferior, o olho esquerdo, os ouvidos o nariz e o sistema nervoso. A esse chakra devemos a função sensorial da visão de pessoas distantes e entidades astrais, além da visão macroscópica, bem como a capacidade de antecipar as situações, facilitando a contemplação superior e o conhecimento reservado da meditação para sintonizar a mente superior atua no corpo físico e energético, ampliando as funções dos órgãos, especialmente o cérebro normal, que adquire a percepção linear e a expansão da intuição.

-**Chakra coronário** (*Sahasrara chakra*) ou “aquele que tem mil pétalas”. O 7º chakra localiza-se no alto da cabeça acima da fontanela da fissura central, entre o osso frontal e o parietal. Regula a glândula pineal, o sistema piramidal do córtex cerebral, governa o cérebro superior e o olho direito.

Atua no controle fisiológico e no conhecimento geral dos corpos, desempenhando função sensorial sobre a consciência cósmica e o domínio completo da vida nos planos físico e astral; trabalha o Eu Espiritual (*purusha*) e tem domínio sobre todos os demais veículos do Homem (CAMPADELLO,2005).

2.2.8 Movimentos

✓ Primeira Manobra

A massagem no rosto tem início na região submandibular. Espalhamento

da Mousse Facial com deslizamentos na face. O terapeuta com as mãos em concha, a partir do mento até a região pré auricular, circundando a mandíbula na região central, e passa a fazer deslizamentos em direção à mandíbula diversas vezes (CARDIM, 1999).



FOTO 01: Primeira Manobra



FOTO 02: Primeira Manobra

✓ Segunda Manobra

Pressionar concomitantemente de ambos polegares da ATM (Articulação Têmporo Mandibular), bilateralmente. Contar até oito, no compasso musical. (Ponto Marma Shringataka). Este movimento é para soltar a tensão (CARDIM, 1999).



✓ Terceira Manobr. FOTO 03: Segunda Manobra

O terapeuta pode também fazer massagens na face do paciente utilizando a ponta dos dedos polegares e indicadores que deverão, um ao lado do outro, deslizar pela face. A massagem deve ser iniciada partindo da região do nariz e deve contornar o Arco Zigomático. Um dos polegares do profissional apóia-se na asa do nariz, enquanto o outro desliza até a região auricular. Com este movimento pretende-se alongar os tecidos da face puxando-os em direção às

orelhas .O movimento é repetido da mesma forma, no lado contra lateral. (Ponto Marma Phana – Lateral das Narinas) (CARDIM, 1999).



FOTO 04: Terceira Manobra



FOTO 05: Terceira Manobra

✓ Quarta Manobra

A seguir deve-se massagear com a ponta dos dedos as orelhas, ambas ao mesmo tempo. O terapeuta deve dar uma atenção especial às orelhas, realizando amassamentos e alongamentos. Deve puxá-las em várias direções e pressionar todo o pavilhão auricular. Essa manipulação da orelha tem como objetivo relaxá-las e estimular a circulação sanguínea e energética, assim como estimular os diversos vórtices de energia que nela se situam.



FOTO 06: Quarta Manobra

Na seqüência, dobra a orelha sobre si mesma, em sua parte média, superior e inferior, por cima deste fazendo um estalo ecoando sobre o osso mastóideo. (Ponto Marma Vidhura) (CARDIM, 1999).



FOTO 07: Quarta Manobra

✓ Quinta Manobra

Nas sobrancelhas o terapeuta deve executar este movimento bilateralmente, realizar pinçamentos de forma vigorosa, seguidos de bombeamentos e deslizamentos, com os polegares e dedos médios. Inicia na região próxima ao centro da testa e pinça em direção a extremidade. No final das sobrancelhas, no ângulo externo do olho, realizar acumpressão com o dedo indicador, (Ponto Marma Apanga) (CARDIM, 1999).



FOTO 08: Quinta Manobra



FOTO 09: Quinta Manobra

✓ Sexta Manobra

A seguir o terapeuta passa a massagear a região frontal (testa). Coloca a ponta dos polegares paralelamente sobre a testa e massageia em linhas horizontais, com movimentos simétricos de aproximação em direção ao centro da testa e afastamento em direção à lateral, com os polegares cruzando-se no centro. Esses deslizamentos são realizados com pressão suave (CARDIM, 1999).

Assim que o terapeuta chegar nas extremidades, no fim da sobrancelha, na parte lateral da testa, deve fazer neste ponto uma pressão mais vigorosa, rotatória, com a ponta dos dedos ou com a palma das mãos. Deve pressionar as laterais da testa em direção ao centro e realizar várias rotações (CARDIM, 1999).



FOTO 10: Sexta Manobra

✓ Sétima Manobra

Deslizamento e massagem completa por toda a face. Com as mãos semi-flexionadas, deslizar com a parte lateral dos indicadores desde a asa do nariz até a região do mento, e, adicionando a polpa dos polegares, efetuar movimento ascendente, tracionando a pele de toda a face até a raiz dos cabelos (CAMPADELLO, 2005).



FOTO 11: Sétima Manobra



FOTO 12: Sétima Manobra

✓ Oitava Manobra

Realiza-se acupressão com os polegares sobrepostos, sobre o prócero, entre as sobrancelhas (Ponto Ajna Chakra - terceiro olho) por quatro segundos, deslizando desta maneira até o crânio, pressionar na sutura sagital, logo posterior à região da moleira (Ponto Sahasrara Chakra), também por quatro segundos (CAMPADELLO, 2005).



FOTO 13: Oitava Manobra

✓ Nona Manobra

Efetuar deslizamentos suaves com as mãos espalmadas acima da cabeça, abrindo-a e deslizando por toda a raiz dos cabelos até a região mental. Tracionar a pele de forma ascendente desde o contorno mandibular, atingindo o sulco nasogeniano, até a raiz dos cabelos, de forma que partam e retornem a posição inicial (CAMPADELLO, 2005).



FOTO 14: Nona Manobra



FOTO 15: Nona Manobra

✓ Décima Manobra

Esta finalização requer muita concentração e dedicação da esteticista. Ela deverá concentrar-se mentalizando energias positivas direcionando-as ao cliente, que nesse momento perceberá e receberá essas vibrações.

Friccionar por alguns segundos as mãos como intenção de esquentá-las, mentalizando energias positivas, e acomodá-las sobre os olhos do cliente, sem encostar, emanando bons pensamentos. Por oito segundos (CAMPADELLO, 2005).



FOTO 16: Décima Manobra

2.2.8.1 O que o terapeuta deve fazer antes, durante e após um tratamento.

- ✓ Não usar jóias nem relógio e aquecer as mãos friccionando-as antes de iniciar o tratamento.
- ✓ Criar uma atmosfera tranqüila e silenciosa no local da massagem.
- ✓ Não interromper a massagem. As chamadas telefônicas e outras tarefas que por ventura possam aparecer terão que esperar.
- ✓ Ter muito cuidado com sua higiene pessoal e do local onde faz os tratamentos.
- ✓ Não retirar a mão do corpo do paciente.
- ✓ Realizar a massagem num ritmo constante e com movimentos suaves, uniformes e vigorosos evitando transições bruscas.
- ✓ Perguntar ao cliente acerca de sua saúde e zonas que porventura estejam doloridas.
- ✓ Estar sempre atento às zonas em que a pele do cliente esteja com problemas.
- ✓ Utilizar se possível, uma música suave de fundo. A música auxilia no restabelecimento das boas vibrações e na harmonização da energia
- ✓ Trocar todos os lençóis a cada novo cliente e manter sempre a sala limpa e com ar renovado
- ✓ Não se apressar nem tentar ser super eficiente. Um bom terapeuta deve ser invisível.
- ✓ Não comentar sobre as tensões da pessoa em tratamento.
- ✓ Não provocar no cliente durante a massagem, dores intensas e

insuportáveis que podem estragar todo um trabalho já realizado.

- ✓ Não dar vazão as conversas. O silêncio e uma música de fundo agradável também fazem parte do tratamento.
- ✓ Cuidar para que a temperatura ambiente esteja agradável.
- ✓ Não massagear profundamente com os polegares os tecidos mais sensíveis.
- ✓ Não interromper a massagem nem fazer pausas entre os movimentos.
- ✓ Não fazer comentários sobre a hora nem deixar o relógio visível aos olhos do cliente.
- ✓ Após terminar o tratamento o terapeuta deve relaxar por alguns minutos para recompor sua energia.
- ✓ Refazer a energia positiva da sala antes de atender o próximo cliente (CARDIM,1999).

3 OBJETIVO

3.1 OBJETIVO GERAL

Este estudo teve como objetivo avaliar a influência da Massagem Ayurvédica na revitalização facial e a ação dos princípios ativos de origem vegetal em mulheres com a pele desvitalizada e envelhecida.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os objetivos específicos deste trabalho foram avaliar os benefícios que as sessões do tratamento proposto no presente estudo proporcionaram às voluntárias, principalmente no que se diz respeito ao clareamento da pele, melhora da área dos olhos, contorno fácil, viço e com atenuação das linhas de expressões facial tensionadas.

4 METODOLOGIA

Para a realização desse estudo foram utilizados os seguintes tipos de pesquisa: bibliográfica, a partir de referências teóricas obtidas através de livros, dissertações e teses, localizados na base de dados LILACS; descritiva, através da observação, análise e correlação dos fatos e experimental, através da avaliação das fotos de antes e depois das voluntárias frente ao tratamento.

4.1 AMOSTRA

Foram selecionadas para o estudo 17 mulheres, moradoras da Grande São Paulo, que tenham entre de 45 e 80 anos.

4.1.1 Critério De Inclusão

Para participar do estudo, as voluntárias deverão apresentar os seguintes sinais descritos a seguir:

1. Desvitalização facial;
2. Presença de áreas de tensões faciais;
3. Envelhecimento cutâneo;

4.1.2 Critério De Exclusão

Serão excluídas voluntárias com grande hipotonia muscular e tissular e portadoras de alguma contra-indicação ao protocolo de massagem ou a algum princípio ativo que será utilizado (alergia a cosméticos), também serão excluídas da pesquisa.

4.3 PROCEDIMENTOS

Depois da seleção, as voluntárias assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (ANEXO I), este termo contém a autorização de uso de

imagem.

Uma semana depois, os atendimentos iniciaram-se com seis pesquisadoras sendo que uma ficou de auxiliar dos demais e os cinco restantes fizeram o atendimento. Foram realizadas 17 sessões, 3 vezes por semana por um período de 6 semanas, na 1ª e na 17ª sessão elas foram fotografadas, com o intuito de se fazer a avaliação antes/depois, dessa forma houve a padronização das mesmas (com a retirada de qualquer maquiagem e adornos, usando o mesmo fundo, mesma máquina, mesmo acessório de cabeça).

A presença da voluntária em cada sessão foi controlada pelo auxílio de uma lista de presença (ANEXO V).

No primeiro dia, as voluntárias receberam o kit *Home care* com 3(três) produtos da linha de princípios de origem vegetal (como sabonete calmante 250ml, loção tônica 250ml e mousse 250ml), e uma folha de explicação de como usar os mesmo (ANEXOII). Com o intuito de obter um maior resultado, foi enfatizado os benefícios da continuação do tratamento em casa duas vezes por dia.

Em seguida, uma a uma, foram levadas ao lavabo por um pesquisador para demonstrar como usar os produtos. Então ele pediu a cada uma que umedecesse o rosto, pescoço e colo com água e o pesquisador despejou 4(quatro) gotas do produto na palma da mão delas, levando as áreas em questão e espalhando com movimentos circulares, até a obtenção da espuma. Retirando com água e secando com papel toalha, a fim de manter a pele higienizada.

O pesquisador despeja em cada palma de mão da voluntária 7(sete) gotas do tônico, e ela leva para os locais desejados com movimentos de tamborilamentos até a absorção total do produto. Sempre enfatizando o não desperdiçar os produtos.

Então o pesquisador encaminhou a voluntária para a sala de atendimento, a qual estava sempre com a música ayúrvada, livre de sujeiras e com as 5(cinco) macas devidamente arrumadas com lençóis de papel e localizadas no centro da sala horizontalmente separadas com uma distância de um metro uma da outra. Entre elas, os carrinhos forrados com papel toalha, e produtos arrumados, com a presença de uma cubeta, algodão umedecido em água, suficientes para utilização durante o protocolo.

Antes do início do protocolo, ela deita-se em decúbito dorsal, com colo desnudo. É orientado a permanecer em silêncio durante todo o processo e com os olhos fechados.

O pesquisador não pode esquecer de transmitir ao cliente, uma sensação de paz, calma, com movimentos harmoniosos, porém firmes. Para a técnica, foram utilizados produtos da linha Vita Equilíbrio da empresa Vita Derm (como sabonete, loção tônica, máscara e mousse. Estes produtos já são comercializados e são devidamente comercializados. A composição dos produtos e os respectivos registros encontram-se em anexo (ANEXOIII).



FOTO 17: Alongamento da Cervical

Corretamente posicionada na cabeceira da maca: descansar a cabeça do cliente sobre a mão direita da esteticista, de modo que se faça uma garra sob o occipital, e a esquerda se mantém sobre a testa. Com a garra, fazer um movimento para trás, mantendo a posição por dez segundos aproximadamente, quando realizará o alongamento da região cervical do cliente. Em seguida higienizar as mãos de ambos.



FOTO 18: Higienização Rosto e Pescoço



FOTO 19: Higienização Colo

Sabonete Calmante: embebido no algodão molhado, limpar o rosto, pescoço e colo. Fazer movimentos circulares. Retirar com algodão molhado.



FOTO 20: Tonificação Rosto Pescoço



FOTO 21: Tonificação Colo

Loção Tônica: embeber o algodão e aplicar com suave compressão em toda a face, pescoço e colo.



FOTO 22: Aplicação Facial

Mousse Facial: aplicar pequena quantidade massageando rosto, pescoço e colo, dando início as dez manobras.



FOTO 23: Aplicação da Máscara



FOTO 24: Aplicação da Máscara

Máscara Bioestruturadora: após a massagem, aplicar pequena quantidade com as mãos, no rosto, pescoço e colo. Pausar quinze minutos. Retirar com algodão molhado. Se a pele for oleosa, aplicar o Tônico em seguida.

Finalizar com Mousse Facial, com FPS 20, massageando rosto, pescoço e colo.

4.4 ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados foi feita a partir de fotos tiradas na primeira e na última sessão. Sendo que todas foram padronizadas com mesmo fundo, mesma máquina e mesmo adereço de cabelo, e as voluntárias com as peles limpas de qualquer tipo de maquiagem e adornos.

Os dados também foram obtidos através de um questionário de apreciabilidade, o qual todas as voluntárias responderam no último dia de atendimento. Sendo que o mesmo contém dezoito perguntas, duas subjetivas e o restante com respostas objetivas.

5 RESULTADOS

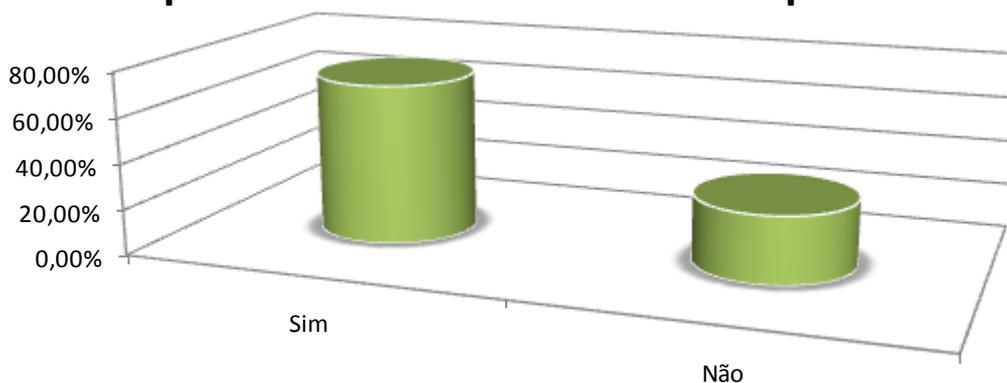
5.1 OPINIÕES DAS VOLUNTÁRIAS

Os dados obtidos foram analisados com base na amostra da pesquisa de dezessete voluntárias, e expressos em gráficos de forma a facilitar a visualização e posterior análise. Para cada pergunta é apresentado um gráfico com a respectiva legenda e as porcentagens dos dados obtidos.



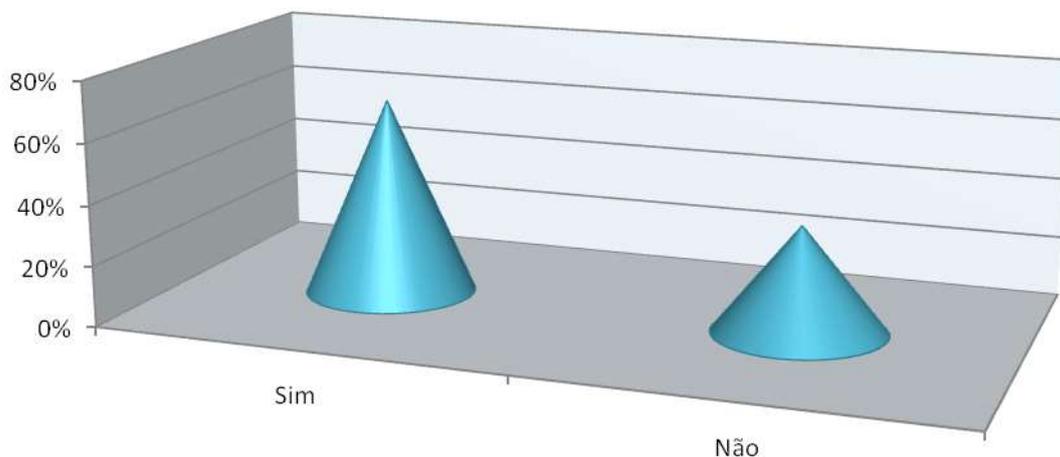
Este Gráfico representa a opinião das voluntárias sobre a apreciabilidade da massagem ayurvédica. Destacando a aceitabilidade por todas.

Gráfico 2 - Opinião das voluntárias quanto a melhora da maciez da pele



O Gráfico 2 demonstra a opinião das voluntárias quanto a melhora da maciez da pele após o tratamento. Pode-se ver que 70,58% ou doze voluntárias notaram a notaram melhoram a maciez de suas pele.

Gráfico 3 - Opinião das voluntárias quanto ao brilho obtido



O Gráfico 3 mostra a opinião das voluntárias quanto ao brilho cutâneo fácil, obtido após as sessões. Destacam-se onze das dezessete voluntárias que notaram está mudança.

Gráfico 4 - Opinião das voluntárias em relação a vitalidade da pele facial

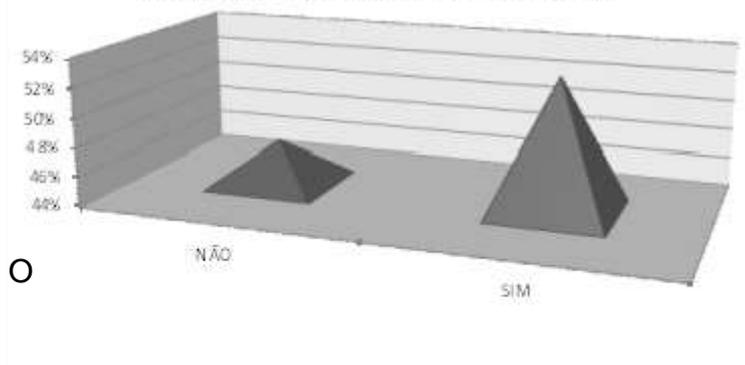
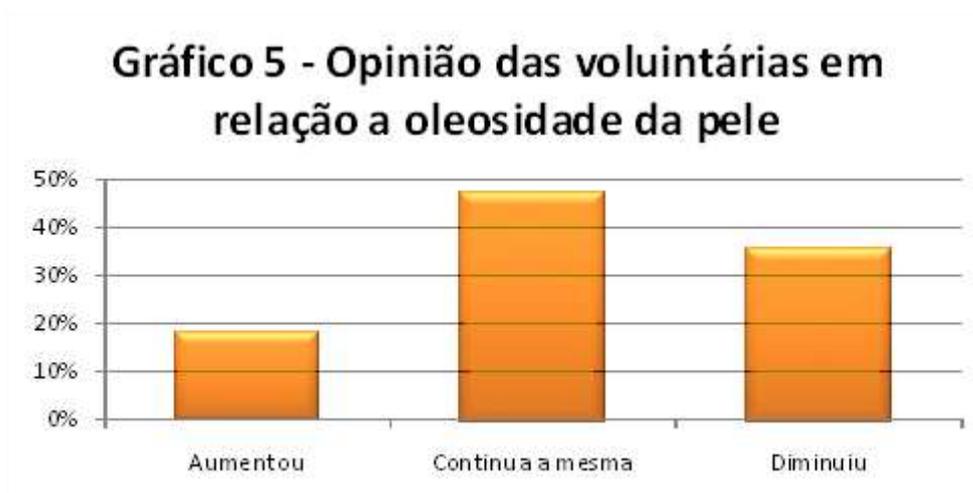
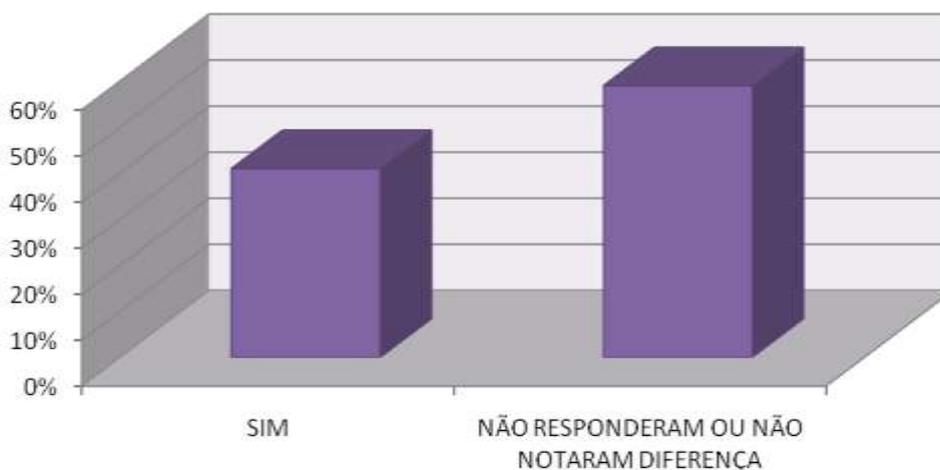


Gráfico 4 mostra a opinião das voluntárias em relação a vitalidade da pele após o tratamento. Pode-se ver que 52%, ou seja, nove das dezessete voluntárias perceberam um aumento da vitalidade da pele.



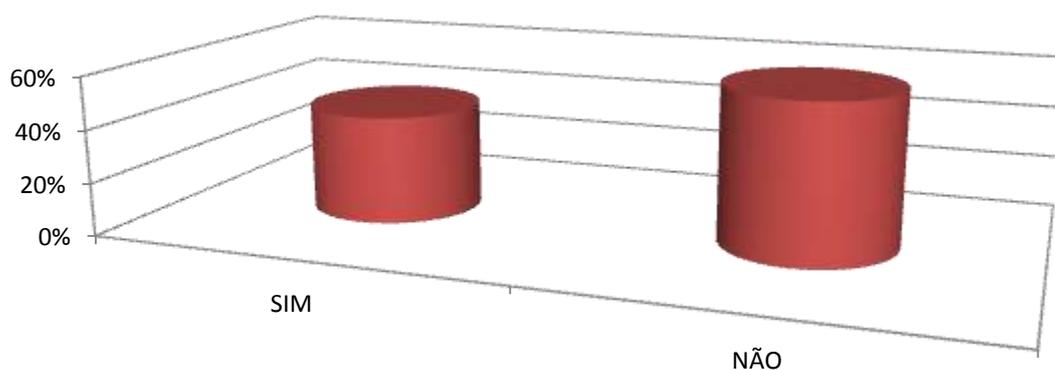
O Gráfico 5 mostra a opinião das voluntárias em relação a oleosidade da pele. Seis ou 35%, perceberam que diminuiu, 47% ou oito não notaram diferença e três ou 18% acharam que aumentou.

Gráfico 6 - A opinião das voluntárias com relação a melhora da vitalidade da pele



O gráfico 6 demonstra a opinião das voluntárias com relação a melhora da vitalidade. 41% ou sete delas perceberam a melhora da vitalidade da pele facial.

Gráfico 7- Opinião das voluntárias quanto ao clareamento da pele



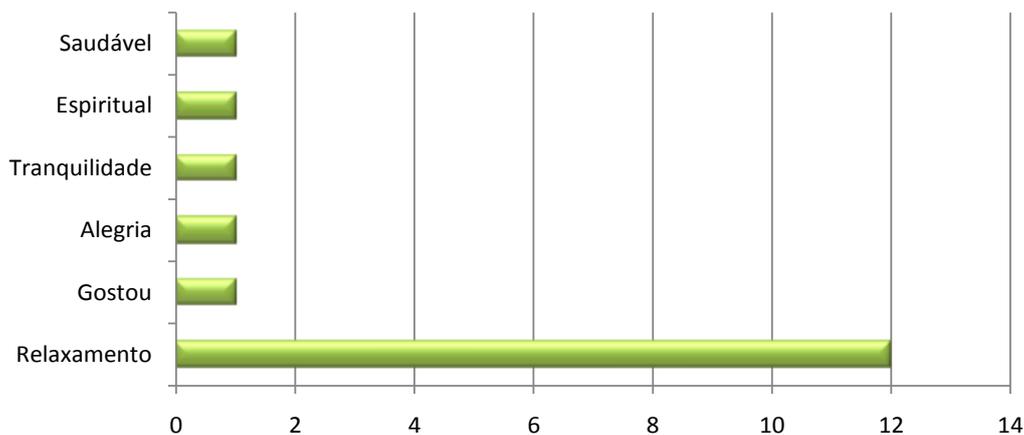
O gráfico 7 demonstra a opinião das voluntárias quanto ao clareamento da pele. Sete ou 41% delas notaram esse clareamento.

Gráfico 8 - Opinião das voluntárias quanto a mudança do hábito de usar cosméticos após o tratamento



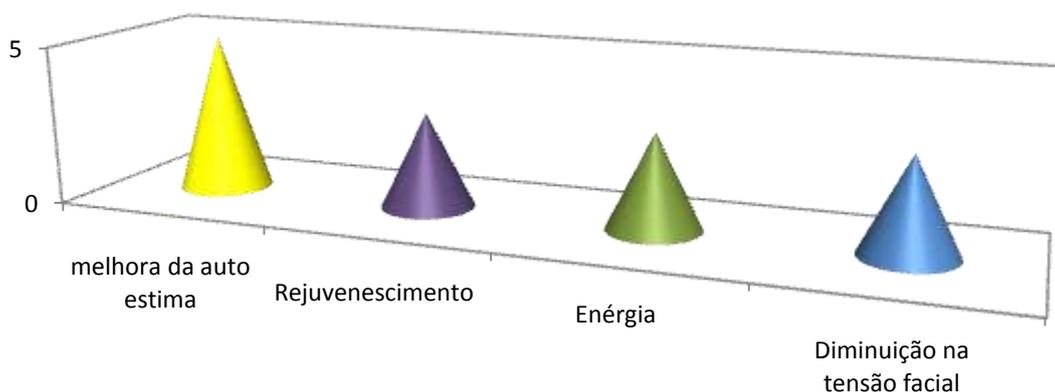
O gráfico 8 mostra a mudança do hábito de uso de cosméticos após o tratamento. Sendo que doze ou 71% delas passaram a usar cosméticos diariamente e cinco ou 29% restantes usam de vez em quando.

Gráfico 9 - Opinião das voluntárias quanto as sensações transmitidas pela música durante a massagem



Esse gráfico 9 mostra a influencia da musica durante a massagem, doze das dezessete voluntarias sentiram relaxamento, uma achou saudável, uma achou alegre, uma achou tranqüilizante, uma gostou e uma sentiu algo espiritual.

Gráfico 10 - Opinião das voluntárias quanto aos benefícios após a massagem.



O gráfico 10 mostra a opinião das voluntárias quanto aos benefícios após a massagem. As voluntárias

5.2 COMPARAÇÕES FOTOGRÁFICAS

As fotografias feitas das voluntárias antes do tratamento e uma depois do tratamento das 17 (dezesete) sessões, foram avaliadas pelos pesquisadores e os resultados distribuídos em gráficos. Foram consideradas também as observações feitas através de inspeção e palpação com o objetivo de verificar a textura da pele e sua hidratação. Os casos que obtiveram melhor resposta ao tratamento e também o que obteve pouca melhora, foram apresentados juntamente com as respectivas fotografias de antes e depois.



Foto 25: Voluntária 01, antes do tratamento



Foto 26: Voluntária 01, depois do tratamento

Antes do tratamento, observou-se na fotografia 25 pequenas marcas de expressões na região frontal, profundas marcas de expressões na região orbicular dos olhos, no sulco nasogeniano e na região mentual.

Após o tratamento observou-se na fotografia 26 melhora do contorno facial, melhora acentuada das marcas de expressões da região frontal, da região orbicular do olho, do sulco nasogeniano e da região mentual, melhora da circulação.



Foto 27: Voluntária 02, antes do tratamento



Foto 28: Voluntária 02, depois do tratamento

Antes do tratamento, observou-se na fotografia 27 ptose palpebral, pequenos sinais de olheiras nas palpedras inferiores, leve hiperpigmentação, profunda marca de expressão na região do corrugador do supercílio.

Após o tratamento observou-se na fotografia 28 melhora da ptose palpebral, melhora da hiperpigmentação, leve melhora da marca de expressão da região do corrugador do supercílio.



Foto 29: Voluntária 03, antes do tratamento



Foto 30: Voluntária 03, depois do tratamento

Antes do tratamento, observou-se na fotografia 29 ptose palpebral, pele oleosa e desvitalizada.

Após o tratamento observou-se na fotografia 30 melhora da ptose palpebral, melhora da oleosidade, pele revitalizada.



Foto 31: Voluntária 04, antes do tratamento



Foto 32: Voluntária 08, depois do tratamento

Antes do tratamento, observou-se na fotografia 31 profundas marcas de expressões na região frontal, pele desvitalizada, ptose palpebral acentuada, pequenos sinais de olheiras nas pálpebras inferiores, sulco nasogeniano um pouco acentuado.

Após o tratamento observou-se na fotografia 32 melhora acentuada das marcas de expressões da região orbicular dos olhos, sulco nasogeniano e principalmente da região frontal, pele revitalizada, melhora da coloração da pele, melhora da circulação.

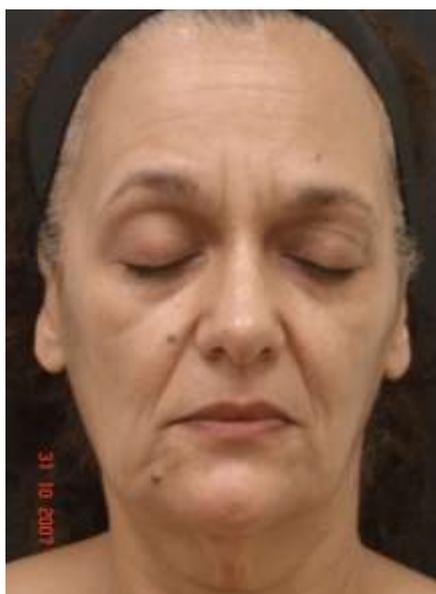


Foto 33: Voluntária 05, antes do tratamento



Foto 34: Voluntária 05, depois do tratamento

Antes do tratamento, observou-se na fotografia 33 leve ptose palpebral do lado esquerdo da face.

Após o tratamento observou-se na fotografia 34 melhora da ptose palpebral do lado esquerdo da face, clareamento da região do corrugador do supercílio.

Na avaliação das responsáveis pelo estudo, após 17 (dezesete) sessões de tratamento em cabine e o uso do *home care* durante seis semanas, puderam ser observados os seguintes resultados:

6 DISCURSÃO

O envelhecimento cutâneo consiste de dois componentes principais: aquele devido principalmente a fatores genéticos e o devido fatores ambientais, principalmente a exposição solar (fotoenvelhecimento, envelhecimento actínico ou envelhecimento extrínseco). As mudanças funcionais que ocorrem com o avanço da idade são atribuídas a vários fatores, como defeitos genético, meio ambiente, surgimento de doenças e expressão de genes do envelhecimento, ou gerontogenes (Harris, 2005).

Este estudo tinha como objetivo analisar a ação da massagem ayurvédica facial na revitalização cutânea em 20 mulheres de 50 a 60 anos utilizando princípios ativos de origem vegetal. Obtivemos melhoras em 100% dos casos no aspecto de clareamento da pele e 55% houve redução nas marcas de expressão, foram tiradas fotos na primeira e na ultima sessão.

Cardim (1999) cita que a massagem ayurvédica conceitualmente é uma massagem profunda que alia movimentações vigorosas em toda a massa muscular junto com manobras de tração e alongamento, além da estimulação de órgãos vitais, visando o equilíbrio físico, mental, psíquico, energético e espiritual.

Tendo em vista que quaisquer que seja o contato com a pele, o fibroblasto é ativado e conseqüentemente estimulado a sintetizar a produção de fibras de colágeno, fibras de elastina e fibras reticulares. A massagem ayurvédica segundo Cardim (1999) tem como um dos principais objetivos a ativação da circulação sanguínea sem provocar qualquer tipo de esforço por parte do paciente. Numa simples sessão de massagem ayurvédica há eliminação dos ácidos e das toxinas que estavam alojadas nos músculos, a dor passa a ser controlada, os nervos acalmados, os tendões e ligamentos são alongados.

A massagem ayurvédica facial segundo Cardim (1999) trabalha com dois chakras de forma simples e progressiva e por ser espiritual a massagem obedece rigorosamente a certos circuitos de energia e deve ser executada progressivamente de acordo com a sequência básica. Foram utilizados dez movimentos de massagem ayurvédica e trabalhamos em 2 chakras: o chakra 6 chamado de Ajna que esta localizado entre as sobrancelhas que segundo Cardim (1999) simboliza a terceira visão ou terceiro olho e o chakra 7 chamado de

Sahasrara localizado no topo da cabeça e é aquele que nos conecta com o universo também chamado de “eu superior”.

Todos os princípios ativos usados foram de origem vegetal e dentre eles podemos evidenciar o extrato de arroz que tem propriedades suavizante, hidratante e tonificante, o extrato de gengibre que segundo Santi (2003) é um ativador da circulação, indicado para peles maduras sem vitalidade, e o extrato de shitake que é altamente hidratante e estimulante do sistema imunológico.

O estudo foi realizado em dezoito voluntárias em dezessete sessões, três vezes por semana. Cada voluntária recebia um tratamento de 30 minutos e que se constituía em toda a higienização e tonificação do rosto, pescoço e colo, massagem ayurvédica, aplicação de uma máscara e finalização com bloqueador solar. As voluntárias receberam um kit de produtos para continuarem o tratamento em suas casas, esse kit era composto por: um sabonete, um tônico e um protetor solar. Associado a massagem ayurvedica utilizamos a musicoterapia que segundo Benenzon (1988) a sala de musicoterapia: deve ser uma sala especialmente preparada para poder ministrar, sem dificuldades, a terapia pela música dentro de um contexto não-verbal.

No final do trabalho, 100% das voluntárias sentiram que a pele havia adquirido uniformidade no aspecto de coloração cutânea, e 70% apresentou melhoras nas rugas, flacidez e marcas de expressão. Todas as voluntárias relataram que obtiveram uma melhora na qualidade de vida e não apenas na parte estética.

É importante dizer que neste estudo não foi utilizado nenhum tipo de eletroterapia, e pode-se crer que apenas realizar a massagem com intenções positivas promove excelentes resultados.

7 CONCLUSÃO

Após o término do estudo observamos que 100% das voluntárias obtiveram melhora no clareamento da pele, 80% das voluntárias obtiveram melhora na atenuação de rugas, flacidez e marcas de expressão.

Concluimos que a massagem ayurvédica facial na revitalização cutânea com princípios ativos de origem vegetal foi benéfica, tendo em vista a melhora no aspecto estético e 100% das voluntárias tiveram melhoras quando o assunto é bem-estar, saúde e equilíbrio: físico, mental, espiritual, energético e metabólico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CAMPADELLO, Píer. **Massagem Ayúrvédica**. São Paulo: Madras, 2005.
- CARDIM, Valter. **Massagem Ayúrvédica, Manual Prático e Teórico**. 02.ed São Paulo: Madras, 1999.
- GOMES, Rosaline Kelly; GABRIEL, Marlene. **Cosmetologia Descomplicando os Princípios Ativos**. 2. ed. São Paulo: Livraria Médica Paulista Editora. 2006.
- SANTI, Erika. **Dicionário de Princípios Ativos em Cosmetologia**. São Paulo: Organização Andrei Editora Ltda, 2003.
- SPIRDUSO, Waneen Wyrick. **Dimensões físicas do envelhecimento**. São Paulo: Editora Manole, 2005.
- HARRIS, Maria Inês Nogueira de Camargo. **Pele**. São Paulo: Editora Senac, 2005.
- GUERRA, Juan Manuel Silvano. **Reabilitação da pele envelhecida**. **Up to Date**, São Paulo, v.2, n.12, p.32, nov./dez.1996.
- OLSZEWER, Dr. Efrain. **Antioxidantes no Controle do Envelhecimento da Pele**. **Revista de Cosmiatria & Estética**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 25-26, jan.-mar. 1994.
- ESTEVE, Miguel Margalef. **Radiações e envelhecimento cutâneo**. **Revista de Cosmiatria & Estética**, São Paulo, v. 2, n. 3, p. 36-42,46-47, jul.-set. 1994.
www.arcanjomiguel.com.br/inditec/indice1.htm
www.arcanjomiguel.com.br/inditec/indice1.htm
www.sintetica.com.br/literaturas/alantoina_farm.htm
http://www.ufrgs.br/farmacia/cadfar/v15n1/pdf/cdf_v15_n1_p07_14_1999.pdf
<http://www.croda.com.br/>.
www.aboissa.com.br/qirassol/index.htm
www.sarfam.com.br
- GOMES, 2006 GOMES, Rosaline; MARLENE, Gabriel, 2006
 MARQUES, Celso. 2008)
 TRUCOM, Conceição. 2006

FONTES CONSULTADAS

- MARQUES, Celso. **A milenar cultura do Bambu é debatida em Porto Alegre**. Disponível em <http://www.agirazul.com.br/fsm4/_fsm/00000196.htm> acesso em 22 mai. 2008.

VASCONCELLOS, Raphael Moras de. Info-Bambu Utilidades. Disponível em <<http://www.bambubrasileiro.com/info/util>> acesso em 22 mai. 2008.

TRUCOM, Conceição. Linhaça – Nutrição & Saúde” (Lançamento em Abril/06). Disponível em < <http://www.portalangels.com/artigosemanal58.htm>> acesso 03 jun 2008.

ANEXO I - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Inciso II-11 da Resolução nº 196, de 10/10/1996 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde.

Referenciado estudo: Massagem Ayurvedica Na Revitalização Cutânea Facial Com Princípios De Origem Vegetal.

Referência do voluntário.....

Objetivo do Estudo e Resumoda Metodologia

Avaliar o efeito de tratamentona revitalização cutânea facial em voluntárias do sexo feminino, durante 18 sessões semanais sob condições padronizadas.

Responsabilidade do Voluntário

Utilizar os produtos da forma que lhe foi explicada.

Comparecer nas datas ehorários combinados.

Relatar a um dos responsáveis, qualquer doença ou uso de medicação existente antes do início do estudo e, em caso de necessidade de uso de qualquer medicamento, entrar em contato com o mesmo.

Não estar grávida ou amamentando e estar fazendo uso de métodos para evitar a gravidez durante operíododeste estudo.

Comunicar imediatamente, se houver suspeita de gravidez.

Se decidir interromper sua participação no estudo, comunicar de forma prévia aos responsáveis, não havendo nenhum prejuízo ou penalização.

Riscos Mínimos Previstos

As substâncias que compõem os produtos utilizados nessa pesquisa são seguras para a finalidade a que destinam.

Os riscos previstos para este tipo de estudo são possíveis manifestações de uma alergia a um determinado produto cosmético ou um possível aparecimento de uma irritação no local de aplicação, na forma de vermelhidão da pele ou coceira. Se isso ocorrer, a aplicação do produto será suspensa, sendo colocada à disposiçãodo voluntário toda a assistência que se fizer necessária.

Responsabilidade do Pesquisador

Esclarecimentos antes e durante a pesquisa, sobre todos os passos da metodologia.

O pesquisador encontra-se disposto para esclarecer qualquer dúvida, colocando-se nos seguintes telefones da Cidade de São Paulo: Ana Clara Souza 8970-0005; Kleire Rose da Rocha 9554-1319; Leonardo Cucco 8166-7625; Maria Fernanda Córdova 8243-1784; Maria Fernanda Cerutti 3297-1245; Raquel Marques 9279-4500.

Todos os dados obtidos com esta pesquisa serão utilizados somente para fins científicos e sempre será preservado a identidade dos voluntários.

Qualquer intercorrência relacionada à pesquisa, inclusive despesas médicas que forem necessárias devido a problemas ocorridos durante o estudo, serão de inteira responsabilidade dos pesquisadores.

Comprometo-me a seguir todas as instruções que me foram dadas na entrevista e que constam neste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Em caso de dúvidas ou qualquer ocorrência, poderei procurar os pesquisadores acima citados.

Todas as informações e opiniões por mim emitidas serão tratadas de forma confidencial. Antecipadamente, autorizo os pesquisadores a fotografar, caso tenha interesse e a seu exclusivo critério, desde que não permita a minha identificação pessoal, em caráter totalmente gratuito.

Recebi a primeira via deste Termo de Consentimento, assinado pelo pesquisador.

Tenho a liberdade de recusar a minha participação ou retirar meu consentimento em qualquer fase do estudo, sem penalização ou prejuízo.

Eu..... portador do RG nº, declaro que recebi de forma clara todas as orientações e informações sobre a pesquisa, do qual concordo em participar de forma espontânea à Rua Dr. Almeida Lima, 1134 – Brás, São Paulo – SP.

São Paulo.....de.....de 2008.

Assinatura do Voluntário.....

Assinatura do Pesquisador.....

Assinatura do Responsável.....

ANEXO II - PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM CASA

AO ACORDAR E DORMIR

1 – SABONETE CALMANTE

Colocar um pouco do produto nas mãos, passar no rosto e pescoço úmidos, fazendo movimentos circulares em seguida enxaguar com água e secar o rosto com toalha limpa.

2 – LOÇÃO TÔNICA

Colocar uma pequena quantidade nas mãos e massagear o rosto e pescoço, de maneira suave, fazendo intervalo de cinco minutos para aplicar o MOUSSE FACIAL.

3 – MOUSSE FACIAL

Aplicar uma pequena quantidade no rosto e no pescoço, espalhar até total absorção.

ANEXO III – COMPOSIÇÃO DOS PRODUTOS

Nome do Produto: Sabonete Calmante

Código: C7026 e P0030

Apresentação: Frascos de 150mL e 500mL

Linha: Vita Equilíbrio

Forma Cosmética/ Características: Sabonete líquido de coloração branco perolado.

Composição: Isoflavona (Íris Iso – Extrato de Íris Florentina), extrato de camomila, extrato de arroz, substâncias perolizantes (estearato de etilenoglicol, lauril éter sulfato de sódio), lauril éter sulfato de sódio, ácidos graxos de coco, cocoamidopropilbetaína, dioleato de metilglicose etoxilada 120 OE, cloreto de sódio, metilcloroisotiazolinona/ metilisotiazolinona, ácido cítrico, fragrância, água deionizada.

Indicação: Todos os tipos de pele, especialmente as mais sensíveis.

Contra-Indicação: Pessoas sensíveis a algum componente da fórmula.

Propriedades: Higienizante de ação suave, calmante da pele e hidratante suave

Modo de Uso: Usar diariamente pela manhã e a noite, em movimentos circulares.

Remover com água.

Nome do Produto: Loção Tônica

Código: C7027 e P0031

Apresentação:

Frasco de 150mL e 500mL

Linha: Vita Equilíbrio

Forma Cosmética/ Características: Loção transparente, combinação hídrica não alcoólica, suave e evanescente.

Composição: Isoflavona (Íris Isso – Extrato de Íris Florentina), extrato de arroz, ácido glicirrético, alantoína, álcool etílico, uréia, propilenoglicol, metilparabeno, methylidibromo glutaronitrile phenoxyethanol, fragrância e água deionizada.

Indicação: Todos os tipos de pele.

Contra-Indicação: Pessoas sensíveis a algum componente da fórmula.

Propriedades: Hidratante, calmante, repositores de líquidos essenciais da pele.

Modo de Uso: Embebedar um algodão aplicando com suaves compressões. Em cabine profissional ou quando a pele apresentar ressecamento acentuado aplicar em forma de compressas por 10 minutos.

Observações: É indicado nos tratamentos cosméticos com ácidos, pré e pós-peeling e pré e pós-cirúrgico.

Nome do Produto: Mousse Facial FPS 20

Código: C7028 e P0033

Apresentação: Bisnaga com 65g e frasco com 250 mL.

Linha: Vita Equilíbrio

Forma Cosmética/ Características: Emulsão gelificada de coloração bege, com textura leve, não comedogênico, forma película protetora.

Composição: Ácido sulfônico fenilbenzimidazol, metilbenzilideno cânfora, Isoflavona (Íris Iso – extrato de Íris Florentina), extrato de bambu, moist 24 (*Imperata cylindrica*), p-metoxicinamato de octila, butil metoxidibenzilmetano, BHT, propilparabeno, trietanolamina, metyldibromo glutaronitrile phenoxyethanol, hidroxietilcelulose, metilparabeno, uréia, vitamina A e E, lanolina, base autoemulsionante, polawax (álcool estearílico, lauril sulfato de sódio), fragrância CI 77400 e água deionizada.

Indicação: Todos os tipos de pele, exceto as acnéicas.

Contra-Indicação: Pessoas sensíveis a algum componente da formulação.

Propriedades: Remineralizante, hidratante 24 horas.

Modo de Uso: Aplicar o produto sobre a pele limpa e tonificada massageando todo o rosto com movimentos ascendentes.

Observações: Não utilizar em peles com lesões e inflamação. Protetor para uso diário.

Nome do Produto: Máscara Bio restauradora

Código: P0032

Apresentação: Pote de 250g

Linha: Vita Equilíbrio

Forma Cosmética/ Características:

Creme de coloração amarelo claro. Consistente e aderente.

Composição: Alpha-hidroxiácido, ácido Kójico, ácido glicirrético, Vitamina A, Vitamina E, metilparabeno, propilparabeno, base autoemulsionante, polawax (álcool estearílico e lauril sulfato de sódio), BHT, extrato de gengibre, Isoflavona (Íris Iso – Extrato de Íris Florentina), vitamina C, EDTA, methyl dibromo glutaronitrile phenoxyethanol, fragrância, CI 19140, água deionizada.

Indicação: peles desvitalizadas, manchadas, senis e desidratadas.

Contra-Indicação: Pessoas sensíveis a algum componente da fórmula, peles com lesões ou inflamada.

Propriedades: Ação antioxidante, altamente Tonificante, renovadora celular, levemente despigmentante, proporciona suave clareamento das manchas superficiais.

Modo de Uso: Aplicar após a pele limpa e tonificada. Deve ser usada em cabine durante 20 minutos. Seu uso é semanal. Aplicar em seguida um protetor solar.

Nome do Produto: Creme Nutritivo

Código: C7029

Apresentação: Pote de 30g

Linha: Vita Equilíbrio

Forma Cosmética/ Características: Creme consistente de coloração branca

Composição: Isoflavona (Íris Iso – Extrato de Íris Florentina), Extrato de bambu, extrato de shitake, biomin, vitamina E, cera do óleo de oliva, óleo de algodão, óleo de silicone, óleo de girassol, base autoemulsionante, copolímero acrilato de sódio/parafina líquida/PPG –1 trideceth-6, methyl dibromo glutaronitrile phenoxyethanol, metilparabeno, propilparabeno, essência, propilenoglicol, água deionizada.

Seqüência de Tratamento Cosmético Padrão:

- 1- Higienizar as mãos do cliente e do profissional com Loção de Hortelã
- 2- Higienizar com o Sabonete Calmante Vita Equilíbrio;

- 3- Tonificar com a Loção Tônica Vita Equilíbrio;
 - 4- Aplicar uma camada média de Máscara biorestauradora Vita Equilíbrio e deixar por 20 minutos. Retirar a Máscara massageando suavemente e remover com água.
 - 5- Tonificar novamente com a Loção Tônica Vita Equilíbrio.
 - 6- Finalizar com o Mousse Facial FPS 20 Vita Equilíbrio com massagem relaxante ou revitalizante.
- O Cliente pode estar utilizando o Creme Nutritivo Vita Equilíbrio a noite.

