

TRABALHO DE GRADUAÇÃO – CST COSMÉTICOS

EFEITOS DE INGREDIENTES E PRODUTOS COSMÉTICOS NA REDUÇÃO DOS NÍVEIS DE CORTISOL

Shirlei de Oliveira Freitas¹, Airton Rodrigues²

^{1,2}Faculdade de Tecnologia de Diadema Luigi Papaiz

¹shirleioliveirafreitas@gmail.com, ²airton.rodrigues@fatec.sp.gov.br

INTRODUÇÃO

O estresse prejudica a saúde e beleza da pele por diferentes mecanismos: deixa a epiderme menos espessa e mais propensa à descamação; permite a perda de água e de lipídios; favorece dermatite atópica e alergias; causa acne, hiperpigmentação e alopecias; intensifica o odor da transpiração, impactando as relações sociais.

OBJETIVO

Identificar substâncias capazes de reduzir os níveis de cortisol, biomarcador do estresse.

METODOLOGIA

A pesquisa de revisão bibliográfica foi feita a partir do buscador Google Acadêmico, em duas etapas, a partir dos termos “cosmetics and cortisol” e em seguida “aromatherapy and cortisol”

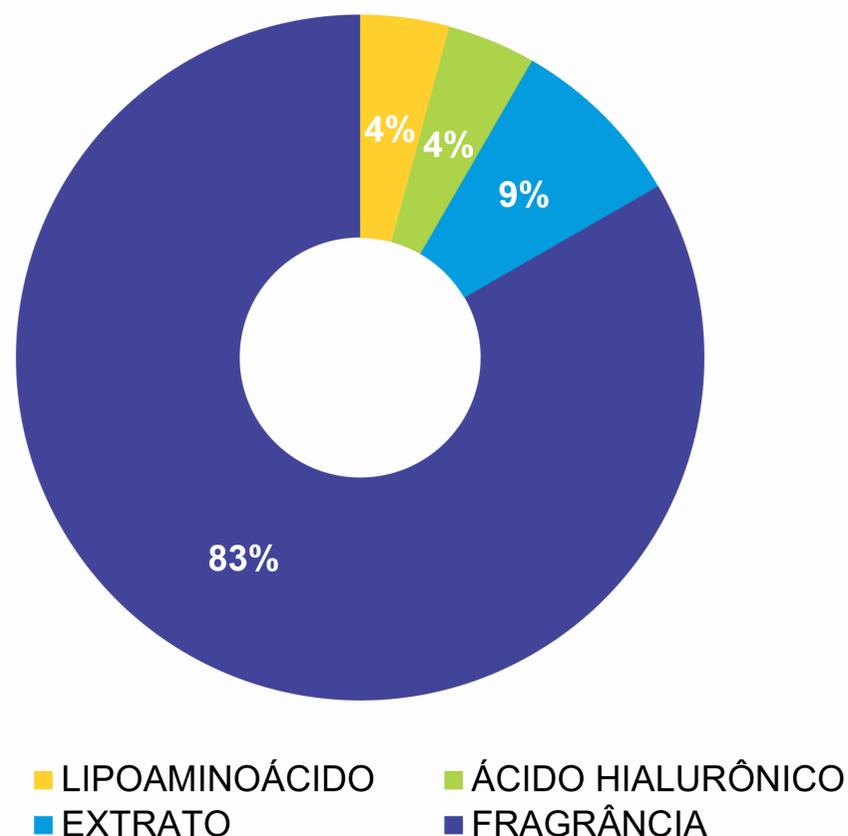
DISCUSSÃO

Um estudo que sugere que ver fotos de pessoas maquiadas pode reduzir os níveis de cortisol do observador. Foram identificados 7 produtos cujos ativos relaxantes são: ácido hialurônico, extrato aquoso de raiz de lotus, extrato de Tephrosia purpúrea, uma mistura de óleos essenciais (de copaíba, cedro vermelho, pau rosa e zimbro), lipoaminoácido C8, óleo essencial de lavanda e uma fragrância com mecanismo de ação semelhante ao de óleos essenciais. Foram identificados 17 ingredientes aromáticos capazes de minimizar os níveis de cortisol: lavanda, hortelã-pimenta, cedro, vetiver, sândalo australiano, sândalo indiano, laranja, neróli, toranja, alecrim, funcho, açafraão, sálvia, rosa, floral, musk, patchouli. Não foram encontrados dados que relacionem adoção de uma rotina cosmética sobre os níveis de cortisol.

CONCLUSÃO

Há muitos ingredientes cosméticos com potencial relaxante comprovado, portanto, produtos cosméticos podem promover bem-estar de forma segura, acessível e contínua para o consumidor, beneficiando também a indústria cosmética. Por outro lado, nota-se que 83% dos ingredientes estudados são fragrâncias. Assim, é evidente a necessidade de estudar outras categorias de matérias-primas quanto à redução dos níveis de cortisol.

MATÉRIAS-PRIMAS COSMÉTICAS CAPAZES DE REDUZIR OS NÍVEIS DE CORTISOL



REFERÊNCIAS

- ANGELUCCI, F. L.; SILVA, V. V.; DAL PIZZOL, C.; SPIR, L. G.; PRAES, C. E. O.; MAIBACH, H. Physiological effect of olfactory stimuli inhalation in humans: an overview. **International Journal of Cosmetic Science**, v. 36, n. 2, p. 117–123, 2014. doi:10.1111/ics.12096.
- HAJIME FUKUI, RYOICHI KOMAKI, MIHO OKUI, KUMIKO TOYOSHIMA & KIYOTO KUDA. The effects of odor on cortisol and testosterone in healthy adults. **Neuroendocrinology Letters**, v. 28, p. 101–105, 2007.
- HOSOI, Junichi. NICE network. Evidence and application to cosmetics. **Journal of Applied Cosmetology**, v. 29, p. 75–86, 2011.
- KANG, Hyun-Ju; NAM, Eun Sook; LEE, Yongmi; KIM, Myoungsuk. How Strong is the Evidence for the Anxiolytic Efficacy of Lavender?: Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. **Asian nursing research**, v. 13, n. 5, p. 295–305, 2019. doi:10.1016/j.anr.2019.11.003.
- KOLARSICK, Paul A. J.; KOLARSICK, Maria Ann; GOODWIN, Carolyn. Anatomy and Physiology of the Skin. **Journal of the Dermatology Nurses' Association**, v. 3, n. 4, p. 203–213, 2011. doi:10.1097/JDN.0b013e3182274a98.