

## ARTIGO CIENTÍFICO

### ANÁLISE DO MÉTODO DE AUTOBRONZEAMENTO ATRAVÉS DO SISTEMA DE CABINE AUTOMATIZADA

**Cibelle Spindola**<sup>1</sup> - Acadêmica do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

**Joriane da Silveira Koswoski**<sup>2</sup> - Acadêmica do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

**Daniela da Silva**<sup>3</sup> – Farmacêutica; Professora do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

**Ana Júlia Du Vernay França**<sup>4</sup> - Farmacêutica; Professora do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

#### Contatos:

<sup>1</sup>belle\_spindola@yahoo.com.br

<sup>2</sup>joryssk@yahoo.com.br

<sup>3</sup>daniela@univali.br

<sup>4</sup>anajulia@univali.br

#### RESUMO

Autobronzeadores são produtos que substituem a exposição solar e o uso de câmaras de bronzeamento. Têm como função a pigmentação da camada mais superficial da pele através da composição da fórmula a qual contém o DHA e a eritrose, através da reação do autobronzeador com a pele ocorre o escurecimento dessa região cerca de três a quatro horas após a aplicação. Com o passar dos anos a aplicação do autobronzeador ficou cada vez mais eficiente. Este artigo tem como objetivo analisar o modo de aplicação do autobronzeador, o produto utilizado, as orientações dos procedimentos a serem evitados e se há coerência do que a empresa afirma através de análise bibliográfica. E através da análise realizada, podemos concluir que os objetivos são coerentes, sendo assim contribuirão para um resultado positivo na permanência do bronzeamento.

**Palavras chaves:** autobronzeamento, sistema automatizado, produtos cosméticos.

## INTRODUÇÃO

Em um país multirracial como o Brasil, as características dos paradigmas de beleza aparecem com grande variedade, com multiplicidade de traços, caracterizando assim uma maneira de se expressar visualmente, além disso, modificando-se, conforme circunstâncias existenciais (MATARAZZO, 1998).

A busca pelo belo depende de cada mulher em particular, Hallawell (2007) define o conceito de belo como uma característica normal de pessoas, este tipo de conceito modificou-se muito desde o ano de 1960, pela modificação dos papéis na sociedade.

Um dos desafios da mulher moderna, em seu cotidiano, é de se definir conveniente diante dos padrões aceitos. Sem dúvida vive-se em uma época singular que ao mesmo tempo em que a tecnologia avança inúmeros tratamentos revolucionários que prometem moldar feições de acordo com nossas fantasias, também resgatam valores e elementos da natureza como veículos para alcançar mais saúde (ARCANGELI, 2002).

Macedo (2001), diz que para muitas pessoas, que o sol e a pele bronzeada são sinônimos de vida saudável, mas é errado. Ao observar com distância, a pele bronzeada aparenta ter saúde e ser bonita, mas ao observarmos de perto o que se vê são conjunto de manchas, rugas, sardas, vermelhidões, áreas ressecadas e ásperas.

Macedo (2001), a partir da década de 20 o sol passou a ser aceito como atividade saudável, e a pele bronzeada foi considerada sinônimo de status. O bronzeado da maneira que conhecemos hoje foi inventado por Coco Chanel, com finalidades estéticas.

A estilista francesa criou a moda da pele queimada no verão de 1923, no século anterior o padrão de beleza era outro, era considerado bonito ter a pele clara (MACEDO, 2001).

Naquele tempo a pele bronzeada não era bem visto, pois estava ligado aos camponeses que trabalhavam sob o sol para poder viver, não sendo bem vistos por nobres já que o padrão de beleza que eles obtinham era ter a pele clara, tanto que algumas mulheres utilizavam pó facial com componentes tóxicos à base de chumbo e mercúrio para que a pele ficasse branca. O padrão

de beleza iniciou sua mudança, quando a estilista Coco Chanel apareceu com sua pele bronzeada, isto fez com que o bronzeado passou a ser símbolo de beleza, e de saúde, tornando-se quase uma ditadura nos anos de 1960 e 1980, aonde as pessoas “fritavam” sua pele, com óleos bronzadores com nenhum fator de proteção, ou seja, faziam de tudo para poder mudar a cor de suas peles (MACEDO, 2001).

Com a busca de corpos cada vez mais bronzeados o mercado cosmético (estético) lança freqüentemente artifícios que auxiliam na busca da cor perfeita por um longo período de tempo, são diversos os produtos que apresentam o apelo de bronzeado duradouro (MARTINEZ; RITTES, 2004).

Dentre os tratamentos pode-se citar o método de bronzeamento artificial, constata-se que na região do Sul do Brasil, onde este estudo se consolida, não é possível manter um bronzeado natural durante o ano todo, pelo próprio fenômeno da natureza composto pelas estações do ano. A partir deste contexto percebe-se que hoje é possível manter um bronzeado mesmo que artificial durante todo o ano.

Para não abrir mão de poder ficar com a pele bronzeada, sem correr riscos com a exposição prolongada ao sol, em países como o Brasil em que a pele dourada é sinônimo de beleza existe uma procura por autobronzadores estes produtos têm como objetivo promover a cor sem ter necessidade de exposição solar, sendo que os autobronzadores formam um bronzeado muito semelhante ao natural, com a coloração duradoura e uniforme que é a grande aposta do mercado cosmético (MARTINEZ; RITTES, 2004). O mercado cosmético cada vez busca atrativos para seduzir a clientela que busca conquistar o seu padrão de beleza.

Neste sentido o trabalho teve como objetivo avaliar o autobronzeamento proposto por uma empresa na cidade de Balneário Camboriú no Estado de Santa Catarina, analisando a proposta do autobronzeamento em cabine automatizada, observando a seqüência do procedimento, assim como os produtos cosméticos utilizados, com intuito de avaliar a coerência do método. Para isto faz-se necessário a abordagem de alguns itens relevantes.

## Autobronzeadores

Segundo Saggioro (1999), a pele bronzeada não era considerada atraente e muito menos saudável, antes da II Guerra Mundial. Para a nobreza a pele era mantida no tom claro e o toque era macio, por inúmeras razões, o corpo “dourado” tornou-se sinônimo de saúde, juventude e de vigor nos últimos 50 anos.

A indústria cosmética começou a investir no desenvolvimento de cosméticos e equipamentos, a partir do momento em que a pele bronzeada entrou na lista de quesitos de beleza, para contribuir com a prevenção de câncer de pele, e exposição direta ao sol, utilizando tecnologia de ponta elaborando desde cremes, loções em gel ou na forma de spray a equipamentos para poder dar a pele um tom mais bronzeado, tingindo a pele mais não interferem na sua estrutura. Os autobronzeadores foram lançados no ano de 1970, logo sumiram do mercado, porém foi relançado nos últimos tempos com força total, porque ocorreu a conscientização de que o sol é responsável por algumas alterações cutâneas (MACEDO, 2001).

Os autobronzeadores são produtos que tem como função tingir a camada mais superficial da pele, utilizando a dihidroxiacetona (DHA). Estas fórmulas escurecem a pele cerca de três a quatro horas após a aplicação na pele, mas os resultados na utilização muitas vezes não são totalmente satisfatórios (MACEDO, 2001).

No mercado há atualmente novas fórmulas de autobronzeadores, contendo em sua composição ativos com propriedades hidratantes, que evitam o ressecamento da pele, outras opções de novos ativos é a presença de protetores solares que na intenção de prevenir queimaduras, tornam o uso do produto mais seguro (MACEDO, 2001).

Autobronzeadores são atóxicos, e mais seguros que a exposição solar e câmaras de bronzeamento, as quais podem causar câncer de pele. A aplicação de autobronzeadores ficou mais eficiente com as “câmaras de spray” que são chuveiros com jatos de substâncias para bronzeamento (BROWN, 2005).

Martinez, Rittes, (2004) afirma que é importante tomar certos cuidados na aplicação de produtos autobronzeadores na pele, pois esta deve estar mais homogênea possível de modo com que o autobronzeador possa reagir de

maneira uniforme, pois há o acúmulo de produtos cosméticos na pele, que cria uma barreira na camada epidérmica e faz com que o produto não reaja na pele. É de extrema importância que o uso de autobronzeador não elimine a necessidade de uso de protetor solar, sendo assim o uso de proteção solar é imprescindível (MARTINEZ; RITTES, 2004).

Para obter o resultado esperado, deve ser sempre realizada uma esfoliação corporal. A esfoliação é um método que faz a remoção de impurezas, resíduos de produtos cosméticos (MARTINEZ; RITTES, 2004). Na pele a esfoliação provoca um microlixamento, o qual remove células mortas, acelerando assim o processo de renovação das células da camada superficial da pele, fazendo com que esta fique com aspecto homogêneo, macio, fino e claro (SAGGIORO, 1999).

Áreas como cotovelos e joelhos devem ter mais ênfase na hora da esfoliação por serem regiões mais queratinizadas, pigmentam-se com mais intensidade que outras áreas em que o estrato córneo tenha uma espessura menor (MARTINEZ; RITTES, 2004).

Antônio (2009) afirma que extremidades como a face requerem menores quantidades de produto para que se alcance a cor desejada, porém sua reaplicação deve ser mais freqüente. Devido aos motivos citados deve-se lavar bem a região das mãos após a aplicação do produto para que não ocorra pigmentação do local.

Para cada tipo de pele o produto reage de maneira diferente, produzindo assim tonalidades mais claras ou mais escuras. Caso o tom da pele fique muito claro, aconselha-se a reaplicação do produto, mais deve se tomar cuidado, pois a pele tem um limite de coloração, sendo que o efeito não é intensificado depois de duas ou três aplicações seguidas. Caso a pele manche, reaplicar o produto não adiantará, pois nas áreas mais escuras a cor irá intensificar mais (SILVA, 2007).

Silva (2007) previne para que não ocorram possíveis reações alérgicas após a aplicação do autobronzeador, procedimentos como depilação e ou a descoloração dos pêlos devem ser feitos, com pelo menos dois dias de antecedência da aplicação do autobronzeador. No banho deve se usar sabonete neutro e deve-se lavar bem a pele antes de passar o autobronzeador. É necessário um tempo para a secagem do produto no corpo, com tempo

mínimo de 20 minutos, após o tempo determinado pode-se colocar a roupa, para que não manche. Não se devem fazer atividades físicas, massagens ou tratamentos corporais nas horas seguintes da aplicação do produto.

## PRINCÍPIOS ATIVOS DOS AUTOBRONZEADORES

### *Dihidroxiacetona (DHA)*

A Dihidroxiacetona não apresenta ter toxicidade pelo fato de ser um açúcar simples de três carbonos. Este açúcar é um produto fisiológico, sendo formado e utilizado durante a glicólise. A ação da dihidroxiacetona é no estrato córneo, sendo assim o processo de autobronzeamento ocorre na camada mais externa da epiderme, ocorrendo à reação de Maillard, reação química responsável pelo bronzeamento que ocorre entre um grupo de aminoácidos de queratina da pele e um grupo de hidroxila da DHA, obtém-se um produto de coloração marrom, conhecido como melanoidina (família de compostos químicos formados a partir de açúcar e amido), (ANTÔNIO, 2009).

A dihidroxiacetona provoca gradualmente o desenvolvimento de uma coloração marrom na pele, similar à coloração causada pela exposição ao sol. (BATISTUZZO, 2002).

Quando aplicado na pele, o DHA é incolor, reagindo com os aminoácidos da queratina, formando assim uma coloração na pele semelhante ao bronzeado, com nuance um pouco amarelada (PEYREFITTE; MARTINI; CHIVOT, 1998).

Autobronzeadores à base de DHA não causam problemas, porém existem riscos de irritação e reação alérgica em alguns indivíduos, sendo assim o uso de produtos com este princípio ativo são considerados seguros para o uso tópico em seres humanos (ANTÔNIO, 2009).

O pH normal de uma pele saudável que é de 5 e 6 é exato para a reação de Maillard, por isso exerce importante função no processo de bronzeamento. Produtos com a formulação à base de DHA, tem um resultado final semelhante a um bronzeado natural. As tonalidades irão depender do tom de pele de cada pessoa. A pigmentação realizada pelo DHA não é removida por transpiração, banho e mergulho, mais são removidos através da descamação da pele.

Usuários de produtos que na formulação contém DHA devem ter cuidados específicos quanto ao uso correto do produto e de protetor solar pelo fato de que autobronzeadores não protegem da ação dos raios solares, sendo assim o uso de protetor solar torna-se indispensável regulamentado para cada tipo de pele, seguindo de óculos de sol, chapéus, e roupas protetoras (ANTÔNIO, 2009).

### *Eritrulose*

O desenvolvimento da eritrulose serviu para reduzir ou eliminar as desvantagens dos autobronzeadores, tais como: bronzeamento manchado e o ressecamento intenso da pele (ANTÔNIO, 2009).

Complexos estudos realizados *in vivo*, foram documentados sobre as propriedades da eritrulose em comparação a uma formulação que contenha somente dihidroxiacetona, notou-se um bronzeado homogêneo, duradouro e isento de manchas. Já em formulações que contenha eritrulose e dihidroxiacetona apresentaram menor índice de ressecamento do que áreas tratadas somente com formulação que contenha dihidroxiacetona isolada (ANTÔNIO, 2009).

Lentamente a eritrulose reage com os aminoácidos livres que existem no estrato córneo, devido á esta forma de ação e a distribuição mais uniforme do produto no estrato córneo, notou-se que o responsável pelo bronzeamento mais intenso, com aspecto natural, sem manchas, uniforme e duradouro é a combinação de eritrulose e dihidroxiacetona (ANTÔNIO, 2009).

## **METODOLOGIA**

Pesquisa bibliográfica exploratória qualitativa.

Pesquisa bibliográfica: Cervo e Bervian, (1983) afirmam que a pesquisa bibliográfica tem como função explicar um problema seguindo uma referência teórica que é publicada em documentos, buscando analisar e conhecer contribuições culturais e científicas. Em uma pesquisa bibliográfica o investigador deverá levantar o conhecimento que há disponível na área, identificar a teoria produzida, analisando e avaliando as suas combinações

para que ocorra o auxílio na compreensão e ou explicação do problema da investigação (KÖCHE, 1997).

Estudos exploratórios: Segundo Lakatos e Marconi, (1994) através de pesquisas com objetivo de formar questões ou problemas com três tipos de finalidades: desenvolver hipóteses, aumentar a familiaridade do pesquisador com o tema, para futuramente realizar uma pesquisa, para especificar conceitos.

Santos e Candeloro, afirmam que pesquisas de delineamento descritivo – exploratório, proporcionam como objetivo fundamental uma visão ampla do tema, sendo assim este tipo de pesquisa não há coleta de dados, há levantamento de dados bibliográficos e ou documental.

Qualitativa: Segundo Santos e Candeloro, uma pesquisa de natureza qualitativa é a qual permite um levantamento de dados subjetivos, informações pertinentes ao universo, que encaixem na idéia do trabalho. Este tipo de pesquisa não tem como função mensurar variáveis, mais sim analisar de modo indutivo as informações que foram levantadas através de coleta de dados.

O trabalho avaliou a seqüência e os produtos utilizados no bronzamento artificial automatizado em cabine, de uma empresa instalada na cidade de Balneário de Camboriu, através da avaliação do folder explicativo fornecido pela empresa como também através do conhecimento do procedimento obtido através da utilização do método.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A empresa propõe aplicação do produto em uma cabine automatizada, sendo que em seu interior contém dois sprays que pulverizam o autobronzeador no corpo inteiro do cliente, de maneira rápida e uniforme.

A fórmula é aprovada pela ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) e pela FDA (Food & Drug Administration Agência que regula os produtos alimentícios e farmacêuticos nos Estados Unidos). A composição dos sprays é DHA e a eritrose, que são componentes autobronzeadores que conferem a coloração da pele, além dos ativos autobronzeadores utiliza-se vitamina C e vitamina E que são princípios ativos com propriedades antioxidantes (MACEDO, 2001), ainda na formulação há a presença de



extratos vegetais como extrato de *Aloe vera*, que conferem a hidratação da pele (VAZ, 2006).

A empresa afirma que o tempo de reação do autobronzeador na pele é de seis a oito horas, Borelli (2008), diz que a reação do autobronzeador na pele é de duas a quatro horas. Por não ser absorvido pelo corpo, não causa dano algum à pele, sendo assim pode ser aplicado em clientes que têm problemas de pele como lúpus, vitiligo, psoríase e até em clientes com câncer, ajudando a disfarçar as lesões, sendo que BROWN (2005), afirma que os autobronzeadores são atóxicos. ANTÔNIO (2009) corrobora afirmando que autobronzeadores à base de DHA não causam problemas, [...] sendo assim o uso de produtos com este princípio ativo são considerados seguros para o uso tópico em seres humanos (ANTÔNIO, 2009).

Segundo a empresa o tempo de duração do bronzeamento na pele depende da renovação celular de cada pessoa, mais a média é de 7 a 10 dias no corpo, na face o tempo de permanência é menor devido o fato de lavarmos regularmente, aplicando produtos, fazendo esfoliação, barba, isto faz com que ocorram estímulos para que a pele se renove e conseqüentemente araste os pigmentos formados pelos autobronzeadores.

A empresa orienta no seu folder explicativo sobre alguns procedimentos que devem ser realizados antes da aplicação do autobronzeador, entre eles procedimentos de esfoliação. Ao sugerir o procedimento o método apresentará melhor uniformidade no resultado final, isto porque a esfoliação resulta na remoção de maneira ativa das células do estrato córneo, estimulando para o surgimento de novas células, que estarão hidratadas, pois quanto mais novas for à camada de células, melhor vai ser sua aparência e mais saudável ela será (VAZ, 2006). A esfoliação beneficia o resultado obtido com o processo de autobronzeamento devido a uma maior uniformidade das células do estrato córneo, pois os componentes DHA e eritrose irão reagir com as células queratinizadas (MARTINEZ; RITTES, 2004).

Outra orientação dada antes da utilização do método é a higienização da pele, este procedimento objetiva que a pele esteja isenta de substâncias que possam vir interferir com a ação dos autobronzeadores, pois se existir presença ou acúmulo de produto cosmético na pele, este criará uma barreira na camada epidérmica fazendo com que a reação do produto não ocorra

(MARTINEZ; RITTES, 2004), assim para que os ativos autobronzeadores entrem em contato com a pele e sintetize o bronzeamento é fundamental a higienização da pele (BORELLI, 2008).

Outro procedimento recomendado pela empresa é a realização da depilação a qual deve ser realizada antes da aplicação do produto na pele, pois ao ser realizado este procedimento após a aplicação do bronzeamento ocorrerá a remoção da camada mais superficial da pele retirando assim a coloração do bronzeamento causando assim manchas na pele (MOUTA, 2009).

A aplicação de produtos contendo ácidos em sua formulação, não é aconselhada pela empresa por estes produtos produzirem uma esfoliação, além da própria descamação do estrato córneo da pele, aonde retirará da pele a coloração do autobronzeador (BORELLI, 2004).

Colorir os cabelos e fazer banho de lua é um procedimento que deve ser realizado antes pelo fato de a água oxigenada juntamente com o pó descolorante possuem um efeito oxidante o qual faz a remoção dos tecidos mortos, já o banho de lua além da coloração dos pelos, limpa a pele retirando assim as células mortas (COVIELLO, 2009).

A empresa orienta ainda para que alguns procedimentos sejam evitados depois que foi feita a aplicação do produto e durante o tempo em que a pele estiver bronzeada como é o caso da massagem, pois a realização de massagens poderia estar favorecendo a retirada da camada superficial da pele, o qual implicará em uma redução do tempo de permanência do produto (ORSI, 1985).

Outros procedimentos não recomendados são: a realização de atividades físicas, freqüentar piscinas e saunas, pois devido ao calor intenso em sauna há uma produção excessiva de suor, e a pele em contato com a água faz com que ocorra a dilatação dos poros, isso faz com que o organismo elimine as impurezas e toxinas podendo interferir no resultado final (GONSALVES, 2008).

A empresa dá algumas orientações para que se prolongue o bronzeado como o banho o qual é recomendado ser rápido, e a temperatura da água é recomendada a ser morna, pois o banho quente estimula a retirada da camada superficial da pele a qual se encontra o manto lipídico que tem como função a proteção da pele, se ocorrer a retirada deste manto, a pele irá se tornar seca e

irá descamar, afetando o resultado do método (BORELLI, 2004). Outra indicação da empresa é a aplicação de sabonetes hidratantes, mas poderíamos considerar a utilização de sabonetes menos agressivos a pele, os quais evitam o ressecamento excessivo da pele, e conseqüentemente a perda do pigmento produzido (SAGGIORO, 1999). Sendo assim é recomendado ainda pela empresa a utilização de hidratantes com DHA, isto porque irá garantir com que o bronzamento fique mais uniforme, além de a pele ficar hidratada, evitando uma possível descamação (BORELLI, 2008).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a análise realizada com base no material de divulgação da empresa que utiliza como método de autobronzeamento a cabine automatizada, podemos concluir que a proposta da empresa apresenta fundamentação teórica de acordo com as literaturas consultadas, assim como as orientações dos processos recomendados e procedimentos que deverão ser evitados são coerentes e irão contribuir positivamente no resultado e permanência do bronzamento artificial, e a principal diferença entre os métodos é o modo de aplicação por ser mais prática e rápida, influenciando em um bom resultado.

## REFERÊNCIAS

### Sites:

ANTÔNIO, Carlos. **Autobronzeadores**. Disponível em:  
<<http://www.apelle.com.br/beleza/read.asp?95>>. Acesso em: 01 abr. 2009.

<[www.magictan.com.br](http://www.magictan.com.br)>. Acesso em: 30 mar. 2009.

COVIELLO, Monique. **Banho de Lua**: Definição, cosmetologia e protocolo. Disponível em: <<http://www.artigos.com/artigos/saude/saude-e-bem-estar/banho-de-lua:-definicao,-cosmetologia-e-protocolo-2286/artigo/>>. Acesso em: 28 maio 2009.

LEONARDI, Gislaine Ricci. **O efeito da vitamina A**. Disponível em:  
<[http://www.sbme.org.br/portal/download/revista/14/08\\_vitamina\\_A.pdf](http://www.sbme.org.br/portal/download/revista/14/08_vitamina_A.pdf)>.

Acesso em: 05 março 2009.

ANDERSON, Greg. **Apostila sobre Aloe Vera**. Disponível em:  
<<http://www.scribd.com/doc/6756662/Apostila-Sobre-Aloe-Vera>>. Acesso em:  
02 maio 2009.

MOUTA, Carolina. **Depilação no verão**: Fique com a pele lisinha, mas com os cuidados necessários!. Disponível em:

<[http://msn.bolsademulher.com/beleza/materia/depilacao\\_no\\_verao/55477/1](http://msn.bolsademulher.com/beleza/materia/depilacao_no_verao/55477/1)>.

Acesso em: 28 maio 2009.

VON EYE, Dr. Guenther. **Vitaminas**: Considerações Finais. Disponível em: <<http://www.abcdasaude.com.br/artigo.php?508>>. Acesso em: 05 maio 2009.

SANTOS, Vanice Dos; CANDELORO, Rosana J. **Trabalhos Acadêmicos**: Uma orientação para a pesquisa e normas teóricas. Disponível em:

<<http://books.google.com.br/books?id=REvrU90M2OUC&pg=PA70&dq=pesquisa+bibliogr%C3%A1fica+explorat%C3%B3ria+qualitativa&ei=KDELSqH7FYSSzQTXv5mgAQ#PPA73,M1>>. Acesso em: 13 maio 2009.

**Livros:**

ARCANGELI, Cristiana. **Beleza Para a Vida Inteira**. 3. ed. São Paulo: SENAC São Paulo, 2002.

BATISTUZZO, José Antônio de Oliveira; ITAYA, Masayuki; ETO, Yukiko. **Formulário médico farmacêutico**. 2. ed. São Paulo: Tecnopress, 2002.

BORELLI, Shirlei. **As Idades da Pele: Orientação e Prevenção**. 2. ed. São Paulo: SENAC São Paulo, 2004.

BORELLI, Shirlei. **Até 120 anos...: REJUVENESCIMENTO E COSMIATRIA**. 1. ed. São Paulo: SENAC, 2008.

BROWN, Gregory Bays. **Uma nova face: Um rosto mais jovem sem cirurgias**. 1. ed. São Paulo: Prestígio, 2005.

CERVO, Amado Luiz; BERVIAN, Pedro Alcino. **Metodologia científica: para uso dos estudantes universitários**. 3. ed. São Paulo: McGraw-Hill, 1983.

GONSALVES, Paulo Eiró. **O Que E Bom Saber: Sobre Alimentos, Exercícios, Medicamentos Naturais**. 1. ed. São Paulo: MG Editores, 2008.

GUERRA, Isabel Carvalho. **Pesquisa Qualitativa e Análise e Conteúdo: Sentidos e formas de uso**. São Paulo: Principia, 2006.

HALLAWELL, Philip. **Visagismo: Harmonia e Estética**. 3. ed. São Paulo: SENAC, 2007.

HARRIS, Maria Inês Nogueira de Camargo. **Pele: Estrutura, Propriedades e Envelhecimento**. 2. ed. São Paulo: SENAC São Paulo, 2005.

KÖCHE, José Carlos. **Fundamentos de metodologia científica: teoria da ciência e prática da pesquisa**. 15. ed. Petrópolis: Vozes, 1997.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1994.

MACEDO, Otávio Roberti. **Segredos da boa pele: preservação e correção**. 2. ed. São Paulo: SENAC São Paulo, 2001.

MATARAZZO, Claudia. **Beleza 10**. São Paulo: SENAC São Paulo, 1998.

MARTINEZ, Monica; RITTES, Patrícia. **Beleza sem cirurgia: Tudo o que você pode fazer para adiar a plástica**. 2. ed. São Paulo: SENAC, 2004.

ORSI, René Marcos. **Massagem - A terapia dos Deuses: Elementos da massoterapia**. 4. ed. São Paulo: Ágora, 1985.

PEYREFITTE, Gerard; MARTINI, Marie-Claude; CHIVOT, Martine. **Estética - Cosmética: cosmetologia biologia geral biologia da pele.** 3. ed. São Paulo: Andrei, 1998.

PYHN, Eliana Guimarães; SANTOS, Maria Lucia Dos. **Idade Biológica: Comportamento humano e renovação celular.** 2. ed. São Paulo: SENAC, 2002.

SAGGIORO, Karla. **Bella: Guia Prático de Beleza e Boa Forma.** 2. ed. São Paulo: SENAC, 1999.

SANTOS, Vanice Dos; CANDELORO, Rosana J. **Trabalhos Acadêmicos: Uma orientação para a pesquisa e normas teóricas.** Age.

SILVA, Rose Mari; QUIROGA, Willian Gomes. **Guia Fácil de Saúde e Beleza.** 1.ed. Uberlândia: Natureza, 2007.

VAZ, Rodrigo. **Chega de Celulite: Como tratar e prevenir.** 1. ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.