CENTRO ECOLÓGICO
Ipê - Serra Litoral Norte
Assessoria e Formação em Agricultura Ecológica

Série

Preparo de Produtos de Higiene e Limpeza com Hidrolatos e Óleos Essenciais

Limpeza ecológica e aromas naturais para casa

1 - SABOARIA NATURAL

O Centro Ecológico, desde 2011, vem difundindo os benefícios dos óleos essenciais e hidrolatos, extraídos de plantas cultivadas localmente, especialmente de frutíferas nativas. Estes produtos, promotores de bem estar físico, mental e emocional podem ser usados na elaboração de produtos caseiros de higiene e limpeza para uso doméstico.

Praticamente todas as mulheres da área rural da Serra Gaúcha sabem fazer sabão caseiro. Este material busca trazer informações que ajudam a melhorar a qualidade, baratear custos e aproveitar matéria prima derivada da extração de hidrolatos e óleos essenciais locais.

➔ **O que é o sabão?**

O sabão é um produto resultante de uma reação química entre um óleo ou gordura (animal ou vegetal) e uma solução alcalina (lixívia = água + soda cáustica ou potassa). O outro produto resultante desta reação é a glicerina.

➔ **Qual é a diferença entre sabão e detergente?**

O sabão se degrada completamente na natureza enquantonem todos os componentes dos detergentes são biodegradáveis. Além disso, produtos sintéticos adicionados para melhorar o desempenho e durabilidade dos detergentes podem ser tóxicos à saúde humana e aos ecossistemas.

➔ **Qual é a diferença entre o sabão industrial e o sabão artesanal?**

No processo industrial, o sabão geralmente é separado da glicerina. Alguns sabões industriais são, na verdade, detergentes, pois contêm produtos sintéticos para maior conservação e poder de limpeza, bem como para aumentar o peso e a densidade do produto.

Já no sabão artesanal a glicerina resultante, geralmente, permanece no produto. O sabão artesanal possibilita utilizar técnicas e reagentes ecológicos e saudáveis em sua fabricação.

➔ **Quais gorduras e óleos usar?**

É possível fazer sabão com qualquer óleo ou gordura. No entanto, recomendamos não usar óleos de soja, milho e algodão por serem transgênicos, na sua grande maioria. Além do grande aumento de uso de agrotóxicos nas lavouras, os transgênicos colocam em risco a saúde e o meio ambiente, e as sementes tradicionais das variedades de alimentos que consumimos no dia a dia.

São considerados óleos duros, ou gorduras, os óleos de coco, dendê, banha, sebo. E são gorduras moles, os óleos de girassol, arroz, oliva, gergelim, linhaça, amêndoas, abacate e semente de uva, entre outros. **Cada tipo de óleo e gordura (animal ou vegetal) confere ao sabão determinadas características.**

Os óleos mais duros vão conferir mais dureza e limpeza ao sabão, mas em excesso podem causar ressecamento da pele. Já os óleos mais moles aumentam as características condicionantes e a facilidade de absorção pela pele, mas têm maior propensão de criarem ranço.

Características conferidas ao sabão pelos óleos duros/ gorduras e óleos moles				
Dureza	Bolhas	Durabilidade	Limpeza	Hidratação das mãos e tecidos
Óleo de coco, gorduras animais	Óleo de coco e, em menor grau, óleos de girassol, gergelim e semente de uva	Óleo de coco, gorduras animais	Óleo de coco e, em menor grau, os óleos moles	Girassol, linhaça, gergelim, semente de uva, banhas bovina e suína, sebo de ovelha

Para ter um sabão com boa qualidade e eficiência o ideal é combinar óleos duros e óleos moles. Se for utilizado óleo de coco ou de palmas, o desempenho do sabão será ainda melhor. O uso de gordura animal é opcional, e quando utilizada deve ser limpa e tratada para não dar mau cheiro no produto final, principalmente nos tecidos.

➔ O que é necessário saber sobre a lixívia?

A lixívia é a solução composta de água e uma base forte para produção do sabão. A soda cáustica é o ingrediente principal para a fabricação artesanal de sabão sólido, mas também é possível usar potassa.

Cuidados no manuseio da soda cáustica:

1. Soda **+** água libera um gás tóxico e corrosivo, por isso deve ser preparada em local ventilado, com uso de máscara. Durante a cura do sabão o gás continua sendo liberado, portanto esta deve ser realizada também em local ventilado.
2. A soda é corrosiva e tóxica para a pele, e deve ser manuseada com luvas, avental e sapato fechado. Caso algum acidente ocorra, é importante lavar a região com água corrente fria por 15 minutos.
3. Soda **+** água libera calor, podendo ocasionar queimaduras. É importante seguir a ordem de ir adicionando a soda aos poucos na água, e não fazer o contrário.
4. Utilizar exatamente as quantidades recomendadas de soda para que esta não sobre na mistura e falte óleo para ela reagir, o que deixa o produto final alcalino demais. Neste caso, a soda excedente acaba no esgoto e pode modificar o pH das águas, o que pode acabar sendo prejudicial ao ambiente.
5. O excesso de soda pode destruir os tecidos e roupas durante a lavagem, diminuindo sua vida útil.
6. A soda deve ser de boa qualidade (pois existe muita adulteração), com concentração mínima de 97%.
7. Armazenar o produto e o sabão em cura em local fora do alcance de crianças e mantê-las afastadas do local de preparo das fórmulas.

➔ Quais aditivos utilizar?

Uma infinidade de materiais pode ser adicionada ao sabão, tanto para um efeito decorativo quanto para dar propriedades desejadas ao sabão, melhorando seu desempenho.

➔ O que usar para melhorar o peso do sabão, sua textura e poder de limpeza, desinfecção e alvejante?

No caso do sabão para limpeza doméstica, podemos adicionar:

**Carbonato de cálcio, dolomita ou caolim*: conservante para evitar a oxidação. Aumenta o rendimento da massa, reduz a necessidade de branqueador ótico, que é poluente. Tem propriedades bactericidas e melhora a dureza do sabão. Deve ser adicionado aos óleos e gorduras e recomenda-se que constitua até 10% da fórmula.

**Carbonato de sódio:* aumenta o poder alvejante e melhora o desempenho em águas duras.

**Breu*: melhora a adstringência, o cheiro e torna o sabão mais duro. Deve ser adicionado aos óleos e gorduras e recomenda-se que constitua até 10% da fórmula.

**Bórax*: é um branqueador e tira odores indesejáveis, elimina mofos, manchas, indicado para pessoas alérgicas, é biodegradável. Deve ser adicionado aos óleos e gorduras e recomenda-se que constitua até 10% da fórmula.

*_Álcool_: torna o endurecimento do sabão mais rápido. Pode ser dispensado caso se note que ao fim dos 20 minutos de agitação a massa de sabão já tem uma consistência adequada para ser colocada na forma. Deve ser adicionado aos óleos e gorduras, e recomenda-se que constitua até 10% da fórmula.
*_Amido de milho ou fubá_: auxilia na limpeza e no rendimento da massa.
*_Sal_: proporciona maior homogeneização dos componentes. Remove sujeira, mofo, mau odor, indicado para pessoas alérgicas, é biodegradável.
* _Gel de_ Aloe vera _ou babosa:_ ótimo para amaciar os tecidos e proteger as mãos em produtos de limpeza.
*_Carvão vegetal:_ retira maus odores.
* _Bicarbonato de sódio_**:** é indicado na limpeza para remover manchas, maus odores e indicado para pessoas alérgicas, é biodegradável.
* _Vinagre_ **-** é o ácido acético, utilizado para amaciar tecidos, eliminar gorduras, mofos e maus odores, indicado para pessoas alérgicas, é biodegradável.

➔ Conservantes naturais e conservação

As gorduras e os óleos **rancificam** quando expostos ao meio ambiente externo. Dentre as alternativas naturais podemos usar conservantes naturais como ervas, vitamina E, óleos essenciais, higienizar as gorduras usadas, estocar o sabão em local escuro e embalagem fechada, e não estocar grande quantidade. Os conservantes podem ser adicionados depois do traço e não devem ultrapassar 5% da fórmula do sabão.

➔ Aromatizantes

Podemos tornar o sabão mais agradável e cheiroso utilizando ervas aromáticas, resinas, raízes, cascas de cítricos, folhas, hidrolatos e óleos essenciais.

Além de aromatizar, essas ervas podem trazer propriedades antissépticas, bacteriológicas e desinfetantes para os sabões, e sugerimos utilizá-las das seguintes maneiras:
*Macerar nos óleos ou gorduras, a fim de aromatizá-los.
*Na forma de tintura alcoólica ou extrato aromático que deve ser adicionada após o traço (não exceder 10% da fórmula) e lembrar que o álcool pode endurecer o sabão de forma repentina.
*Chá de infusão ou fervura, dependendo da parte da planta, e esse chá compor a água da solução alcalina.

Os hidrolatos e óleos essenciais também podem ser utilizados com a mesma finalidade das ervas e acrescentados depois do traço, ou na desodorização e preparo do óleo vegetal. A quantidade razoável para um bom aroma é compor de 1 a 5% do peso do sabão. A quantidade de óleo essencial pode ser calculada como 3 a 10% dos óleos base.

Como a finalidade é a limpeza de tecidos e ambientes, recomenda-se os hidrolatos e óleos essenciais mais acessíveis e mais baratos. Uma dica são óleos essenciais com propriedades antissépticas, como alecrim, louro, citronela, eucalipto, capim limão, tomilho e orégano. *Cuidados:* * Aromas que aceleram o traço: tomilho, orégano. * Aromas que permanecem mais tempo: capim limão, alecrim.

O que é um hidrolato? É a água condensada no processo de destilação a vapor de plantas aromáticas para a obtenção de óleo essencial. Esta água contêm quantidades variáveis de óleos essenciais dissolvidos e de outras substâncias. Assim como os óleos essenciais, têm propriedades terapêuticas e curativas. Um hidrolato pode ser bastante diluído e continuar sendo efetivo, apresentando propriedades fungistáticas, antifúngicas e antibacterianas, além de repelentes de insetos.

➔ Como conservar melhor o sabão? Quais conservantes utilizar?

Para conservar o sabão é interessante:

- Combinar óleos duros/gorduras e óleos moles
- Utilizar conservantes naturais, adicionando nos óleos ou após o ponto (traço). Exemplos: conservante vitamina E pode compor 1 a 2% do peso dos óleos e gorduras. Os óleos essenciais de tomilho, orégano, cravo, tea tree, capim limão, e alecrim podem compor 0,5% do peso dos óleos/gorduras. O extrato de própolis alcoólico pode compor 0,5% do peso dos óleos/gorduras.
- Fazer menor quantidade de sabão, embalar bem e manter em local escuro.

- Usar ácido cítrico, que pode ser obtido de frutas ácidas como limão, laranja, tangerina, maracujá, entre outras. É conservante e tem ação antioxidante.

➔ Corantes naturais

Os corantes naturais para o sabão são só estéticos, servindo para efeitos decorativos e para melhorar a aparência. Portanto, seu uso é opcional. Alguns exemplos estão na tabela a seguir, e a tonalidade desejada é dada pela quantidade. Se ficar muito claro, aumente, se ficar muito escuro, diminua.

Corante	Materiais, preparo e quantidade (máximo 10% da receita)
Verde	espinafre em pó,
Laranja	óleo de dendê como sobreengordurante. Laranja e cenoura em pó, dissolvidas no óleo
Amarelo	açafrão da terra/cúrcuma, diluído no óleo vegetal
Vermelho	urucum em pó, diluído no óleo vegetal
Marrom	cacau, café, chocolate em barra,diluídos no óleo vegetal
Preto	carvão vegetal hidratado diluído no óleo vegetal
Lilás e roxo	uva em pó, açaí em pó, hibiscos em pó
Salmão	canela, gengibre, páprica doce, urucum em pó, diluídos no óleo vegetal

➔ Como tratar óleo de cozinha usado?

- *Procedimento lento*: coar em pano tipo voil, deixar decantar por um mês e coar novamente.

1° Aquecer o óleo em uma panela.

2° Prender um tecido grosso, no intuito de utilizá-lo como coador, em um balde e verter o óleo quente para que passe pelo tecido liberando as sujidades mais grossas.

3° Se o cheiro do óleo estiver muito ruim é preciso seguir a dica seguinte de lavar o óleo. Se não estiver muito forte pode adicionar folhas de eucalipto e outras ervas e óleos essenciais, e voltar a aquecer em fogo baixo. Então, coar novamente.

- *Para lavar o óleo*:leve para ferver 1 litro de água com cada litro de óleo que se deseja limpar. Ao levantar fervura, desligue o fogo, misture bem e acrescente 1 litro de água fria para cada litro da mistura quente. A sujeira ficará no fundo e a gordura solidificará, ficando fácil de ser removida e usada na receita do sabão.
- *Aromatização do óleo*: para cada parte de erva, acrescente 5 partes de óleo comum. Leve a mistura em banho-maria por 2 horas, sem deixar que a água ferva. Depois que esfriar, coe o óleo em um pano limpo e esprema bem o resíduo que restar no pano. Ervas: lavanda, hortelã, alecrim, cravo, orégano. Para gengibre, canela, casca de laranja e limão e cravo deixar imerso por 1 mês. As folhas de mamoeiro, resinas e breu, e raiz de guanxuma também são utilizadas para neutralizar o cheiro de gorduras. *Dica*: Experimente aromatizar um sabão destinado a roupas de bebê com camomila.

➔ Como tratar sebo animal?

Retirar manualmente os restos de pele, carne e sangue, e ferver por duas horas. Coar em pano grosso ainda quente. Depois proceder à lavagem e aromatização da gordura, assim como na gordura e óleo vegetal. *Rendimento*: 8 a 9 quilos de sebo resultam em 3 quilos de gordura derretida líquida.

Expediente

Publicação: Centro Ecológico - www.centroecologico.org.br

CE Ipê-Serra– Rua Luiz Augusto Branco, 725 – Bairro Cruzeiro / Cep: 95.240-000 / Ipê - RS / Fone: (54) 3233.16.38 / E-mail: serra@centroecologico.org.br

CE Litoral Norte - Rua Padre Jorge, 51 / Cep: 95.568-000 / Dom Pedro de Alcântara-RS / Fone: (51) 3664.02.20 / E-mail: litoral@centroecologico.org.br

Redação: Isabel Kirsten, Elaine Cavazzola

Inverno de 2016