

SkinMagic

Emily Vitória de Sousa Castro¹

Maria Eduarda Fareleira²

Maria Eduarda Rezende de Oliveira³

Natasha Rebecka de Moraes⁴

Carolina Leite Cardinale⁵

Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza

Escola Técnica Estadual Rodrigues de Abreu

Resumo: O autocuidado e o amor-próprio têm ganhado destaque nos últimos meses, sendo considerados fatores essenciais para o bem-estar físico e emocional. A implementação de rotinas de cuidados com a pele (skincare), uso de óleos essenciais (aromaterapia) e atenção aos cuidados capilares são práticas que ajudam no desenvolvimento do amor-próprio e na melhora da qualidade de vida. No entanto, observa-se que muitas pessoas desconhecem informações básicas sobre seu tipo de pele e os cuidados necessários. Esse projeto visa oferecer ao usuário uma experiência interativa e personalizada por meio de um aplicativo e um site, onde quizzes permitem a descoberta do tipo de pele e sugerem rotinas de cuidados apropriadas, com produtos livres de testes em animais. O objetivo é promover o autoconhecimento e fornecer uma introdução acessível a práticas de autocuidado.

Palavras-chave: autocuidado, emocional, descoberta.

Comentado [CC1]: Fonte: Arial, tamanho: 12, alinhamento: justificado.

Abstract: Self-care and self-love have gained prominence in recent months, being considered essential factors for physical and emotional well-being. Implementing skincare routines, using essential oils (aromatherapy), and paying attention to hair care are practices that contribute to self-love development and improved quality of life. However, it is observed that many people lack basic knowledge about their skin type and necessary care. This project aims to offer users an interactive and personalized experience through an app and website, where quizzes help discover their skin type and suggest appropriate care routines with cruelty-free products. The goal is to promote self-awareness and provide an accessible introduction to self-care practices.

¹ Aluno do Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas, na Etec Rodrigues de Abreu – emily.castro5@etec.sp.gov.br

² Aluno do Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas, na Etec Rodrigues de Abreu – maria.fareleira@etec.sp.gov.br

³ Aluno do Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas, na Etec Rodrigues de Abreu – maria.oliveira1542@etec.sp.gov.br

⁴ Aluno do Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas, na Etec Rodrigues de Abreu – natasha.barbosa01@etec.sp.gov.br

⁵ Aluno do Ensino Médio Integrado ao Técnico em Desenvolvimento de Sistemas, na Etec Rodrigues de Abreu – carolina.cardinale@etec.sp.gov.br

Keywords: self-care, emotional well-being, discovery.

1 INTRODUÇÃO

O autocuidado e o amor-próprio têm ganhado destaque nos últimos meses, sendo considerados fatores essenciais para o bem-estar físico e emocional. A implementação de rotinas de cuidados com a pele (skincare), uso de óleos essenciais (aromaterapia) e atenção aos cuidados capilares são práticas que ajudam no desenvolvimento do amor-próprio e na melhora da qualidade de vida. No entanto, observa-se que muitas pessoas desconhecem informações básicas sobre seu tipo de pele e os cuidados necessários.

Esse projeto visa oferecer ao usuário uma experiência interativa e personalizada por meio de um aplicativo e um site, onde formulários permitem a descoberta do tipo de pele e sugerem rotinas de cuidados apropriadas. A massagem facial, por exemplo, "não só ajuda a soltar os músculos, como também envia sinais relaxantes ao cérebro, que depois são transmitidos ao restante do corpo" (Lacroix, 2014). Além disso, Jéssica Molina destaca que a técnica, ao estimular a circulação e dissolver tensões, não só proporciona alívio físico, mas também melhora a autoestima e o bem-estar emocional, sendo um cuidado tanto estético quanto terapêutico.

O objetivo é promover o autoconhecimento e fornece uma introdução acessível a práticas de autocuidado. O tema escolhido, "Autoestima e bem-estar", surgiu principalmente devido ao fato de muitas pessoas sofrerem com distorção de autoimagem, transtornos alimentares, como anorexia, e outros problemas mentais que podem ter sido desenvolvidos por bullying em escolas ou comentários maldosos da própria família.

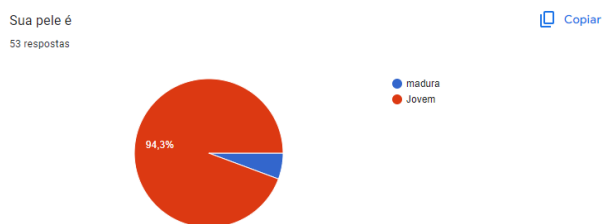
Como exemplo de outras áreas na estética, são destacados os artigos "A camomila e suas propriedades terapêuticas" e "A massagem facial e seus benefícios". O texto sobre camomila, explorado por Luana Lima de Farias, discute as propriedades terapêuticas do extrato da planta nos cuidados com a pele e a crescente utilização de medicamentos à base de plantas no tratamento de várias doenças dermatológicas, como acne, dermatite atópica e queimaduras. Ele destaca compostos como o ácido dicafeoilquínico e a luteolina-O-glucuronida, que conferem à camomila ações anti-inflamatórias, antimicrobianas e antioxidantes, com efeitos calmantes e anti-envelhecimento. Esses benefícios demonstram como os produtos naturais podem ser integrados a rotinas de autocuidado, promovendo tanto a saúde quanto a sustentabilidade.

Já o estudo sobre massagem facial revisa seus benefícios em áreas terapêuticas, cosméticas e fisiológicas. Além de reduzir rugas e melhorar o tônus muscular, a técnica estimula a produção de colágeno, ajudando a retardar o envelhecimento e melhorar a aparência geral da pele. No entanto, também aborda possíveis efeitos colaterais, como eritema e erupções acneiformes, destacando a necessidade de orientações personalizadas para os usuários.

Outro ponto importante é a ética envolvida no desenvolvimento de produtos. Carolina Ramos Campão discute a crueldade e a ineficácia de testes cosméticos em animais, propondo métodos substitutivos que são mais éticos e confiáveis. Seu estudo reforça a importância de escolher marcas comprometidas com o bem-estar animal e com a sustentabilidade, alinhando-se ao propósito deste projeto de promover práticas conscientes e acessíveis.

Com esses artigos, é possível obter uma visão abrangente de como incentivar hábitos para a melhoria do bem-estar dos usuários. Por meio do quiz no site, será possível identificar as necessidades individuais de cada pessoa, complementadas com vídeos tutoriais que promovem a autoajuda e a recomendação de produtos específicos. A pesquisa de campo, realizada com um formulário online, avaliou o conhecimento dos participantes sobre seu tipo de pele, práticas de autocuidado e interesse em adotar uma rotina. Respondido por adolescentes de 16 anos e adultos na faixa etária de 50 anos, os dados obtidos foram analisados qualitativamente, identificando padrões e necessidades comuns entre os grupos etários.

Gráfico 1: Resultado da pesquisa de campo - Sobre o tipo de pele conforme a idade do usuário.

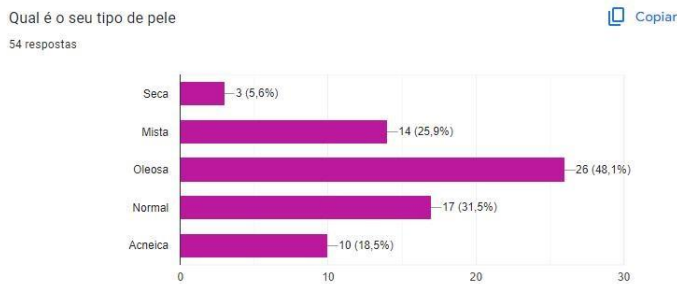


Fonte: elaborada pelos autores

Com a pesquisa realizada revelou que muitos participantes não possuem conhecimentos adequados sobre seu tipo de pele e, portanto, desconhecem os

cuidados ideais. As respostas indicaram que adolescentes com pele acneica ou oleosa e adultos com pele madura apresentam necessidades diferentes que, quando atendidas, podem melhorar a aparência e saúde da pele. O quiz demonstrou ser uma ferramenta eficaz para fornecer ao usuário uma introdução ao seu tipo de pele, enquanto a aromaterapia foi vista como um componente positivo para o bem-estar emocional. Nos cuidados capilares, os resultados sugerem que há um interesse significativo na redução da queda de cabelo, especialmente entre adultos.

Gráfico 2: Resultado da pesquisa de campo –Tipo de pele que cada usuario possui



Fonte: elaborada pelos autores

Os resultados obtidos indicam que uma abordagem digital e interativa para autocuidado pode ser benéfica. A falta de conhecimento sobre o próprio tipo de pele é um fator que impacta negativamente as rotinas de skincare. Através dos quizzes, o projeto contribui para uma conscientização e promove hábitos saudáveis, incentivando o amor-próprio. A inclusão de aromaterapia e cuidados capilares também amplia o escopo de benefícios, oferecendo ao usuário uma visão holística do autocuidado. A pesquisa bibliográfica foi realizada em sites e repositórios acadêmicos de universidades, focando em estudos e artigos que abordam a importância do autocuidado e as práticas de skincare, aromaterapia e cuidados capilares. Essa etapa permitiu construir uma base teórica sólida sobre o tema, visando embasar as práticas recomendadas no aplicativo e no site.

2 DESENVOLVIMENTO

Durante o desenvolvimento deste Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), enfrentamos diversas dificuldades técnicas, que culminaram na migração para a plataforma Snack Expo. Essa mudança mostrou-se essencial para superar as limitações iniciais, oferecendo melhor desempenho e funcionalidades, o que favoreceu significativamente a criação do aplicativo. Na tela inicial do aplicativo, o usuário é recebido com uma mensagem de boas-vindas e um botão que o direciona à próxima página. Essa página contém um quiz de skincare, onde o usuário pode inserir informações relevantes, como tipo de pele, alergias e outras características específicas

Figura 1: Uma das perguntas do quiz desenvolvido para o aplicativo



Fonte: elaborada pelos autores

Após preencher o quiz, o aplicativo exibe uma nova tela com uma rotina de skincare personalizada, desenvolvida com base no perfil identificado

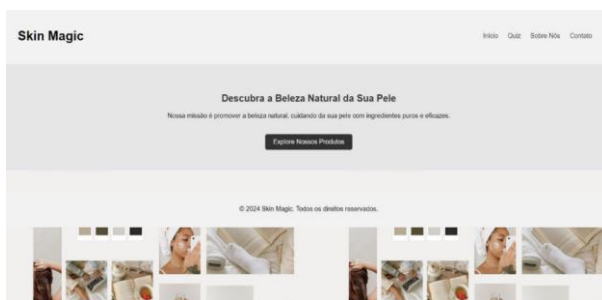
Figura 2: Resultado do quiz desenvolvido para o aplicativo



Fonte: elaborada pelos autores

Paralelamente, foi criado um site utilizando Visual Studio, com PHP e HTML, ampliando o alcance do projeto. O site foi projetado com um design inclusivo, evitando características femininas e priorizando cores neutras para atingir um público diverso. Embora a proposta seja similar à do aplicativo, o quiz do site é mais simplificado, oferecendo resultados práticos. Este apresenta duas opções de recomendações: uma com produtos acessíveis e outra com produtos de maior custo, focados em diferenciais de qualidade ou composição

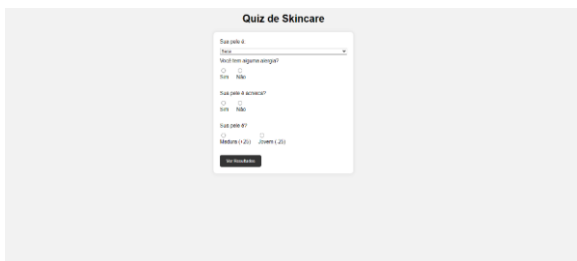
Figura 3: Tela inicial do site



Fonte: elaborada pelos autores

O quiz interativo, presente tanto no aplicativo quanto no site, orienta o usuário na identificação do tipo de pele, classificando-a como mista, oleosa, seca, acneica, jovem ou madura. Com base nas respostas fornecidas, são sugeridas rotinas de cuidados específicas, alinhadas às necessidades de cada tipo de pele. Após completar o quiz, o usuário recebe informações detalhadas e orientações práticas para manter a saúde e a aparência da pele, reforçando a importância de adotar hábitos de autocuidado personalizados.

Figura 4: Quiz interativo do site



Fonte: elaborada pelos autores

Na tela de resultados, o usuário tem acesso a duas alternativas distintas. À esquerda, são exibidas recomendações de produtos acessíveis, voltadas para quem busca soluções econômicas e eficazes. À direita, são sugeridos produtos premium, de custo mais elevado, destinados a quem prefere investir em opções com ingredientes diferenciados e maior sofisticação. Essa abordagem inclusiva garante uma experiência personalizada, atendendo tanto às preferências quanto ao orçamento de cada usuário. Essa estratégia, unindo tecnologia e personalização, promove uma experiência de autocuidado acessível, educativa e alinhada às diversas necessidades e contextos financeiros do público.

Figura 5: Resultado do quiz interativo do site



Fonte: elaborado pelos autores

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto destaca a importância do autocuidado e do amor-próprio, oferecendo uma introdução acessível a rotinas de cuidados pessoais através de um aplicativo e um site interativos. A pesquisa confirma a carência de informação entre adolescentes e adultos sobre seu tipo de pele e os cuidados necessários. O quiz desenvolvido mostrou-se eficaz na orientação dos usuários, promovendo uma experiência positiva de autocuidado. Conclui-se que ferramentas digitais podem ser aliadas no incentivo à adoção de hábitos saudáveis e na promoção de um estilo de vida equilibrado. Estamos muito felizes com o resultado do nosso tcc.

4 REFERÊNCIAS

CAMPAO, Carolina. O uso da aromaterapia na melhora da autoestima. Lacroix, 2022. Disponível em: https://www.pucrs.br/direito/wp-content/uploads/sites/11/2022/02/carolina_campao.pdf. Acesso em: 27 fev. 2024.

FARIAS, Luana. Propriedade terapêutica da camomila (*Matricaria recutita*) aplicada a cuidados com a pele. Brazilian Journals, 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/47852>. Acesso em: 27 fev. 2024.

MOLINA, Jéssica. Recursos estéticos manuais: massagem facial. Revista interdisciplinar, 2021. Disponível em:
<https://riec.univs.edu.br/index.php/riec/article/view/178>. Acesso em: 27 fev. 2024.