

## Dicas de mulher

Por isso, há alguns anos as pessoas começaram a ter a consciência de que o óleo vegetal usado tinha que ser descartado de forma que não poluísse o meio ambiente. Em várias cidades do país, empresas especializadas e até mesmo associações fazem campanhas e são responsáveis pela coleta do óleo vegetal já utilizado. Este óleo pode ser reciclado e se transformar em sabão, por exemplo.

“A reciclagem do óleo vegetal é uma ação muito importante para o meio ambiente. Nos dias atuais, evitar a contaminação de milhares de litros de água se torna uma ação fácil. E quando os produtos utilizados são elementos de descarte, além de

economizar, isso ajuda a natureza”, acrescenta a bióloga.

Existem diversas receitas para fazer sabão caseiro, a grande maioria delas usando óleo. Confira a seguir uma lista que pode ser grande aliada na hora de fazer seu próprio sabão.

## Sabão caseiro: 10 receitas descomplicadas

Em todas as receitas é muito importante lembrar que a soda cáustica é um produto tóxico e corrosivo, precisa ser manuseada com cuidado e utilizando luvas, máscara e óculos de proteção. No processo para diluir a soda em qualquer produto líquido, a mistura solta um gás que pode ser tóxico, por isso, tome muito cuidado.

Mantenha sempre as crianças longe da preparação dos sabões. Todas as receitas usam produtos tóxicos ou quentes.

## SABÃO CASEIRO



## *1. Sabão líquido com óleo e álcool: o mais rápido*

- ▣ 2 litros de óleo de cozinha usado
- ▣ 2 litros de álcool
- ▣ 1/2 kg de soda em flocos ou escamas

Em um balde misture o álcool e a soda, depois, acrescente o óleo e mexa até fica homogêneo. Aguarde aproximadamente 30 minutos e acrescente dois litros de água fervente e dissolva o conteúdo.

Depois, misture 20 litros de água em temperatura natural. Guarde em recipientes. Este sabão é ótimo para limpeza geral.

## *2. Sabão em barra com óleo e álcool: o mais famoso*

- ▣ 1 kg de soda cáustica em flocos
- ▣ 2 litros de água

- ☐ 4 litros de óleo de cozinha
- ☐ 1 litro de álcool
- ☐ 5 ml de essência

Se preferir, você pode colocar elementos decorativos, como ervas aromáticas, especiarias, flores secas, conchas etc.

Coloque no balde a soda cáustica e adicione lentamente 2 litros de água quente. Misture com muito cuidado utilizando a colher de pau até a soda cáustica dissolver completamente. Junte os 4 litros de óleo e continue mexendo por 20 minutos.

Acrescente o álcool e a essência. Se quiser, este é o momento para colocar elementos de decoração. Misture até obter uma pasta consistente.

Despeje o conteúdo em um caixote de madeira forrado com um pano ou em formas, espalhe bem e acomode a pasta dentro do recipiente. Deixe secar por no mínimo 24 horas. Após a secagem, corte o sabão no tamanho desejado e enrole os pedaços em papel filme.

### *3. Sabão com óleo e amaciante: o mais cheiroso*

- 5 litros de óleo de cozinha usado
- 2 litros de água
- 200 ml de amaciante para roupas
- 1 kg de soda cáustica em flocos

Coloque a soda cáustica em um balde, em seguida, coloque a água fervendo e mexa até que a soda seja diluída. Acrescente o óleo aos poucos, em seguida coloque o amaciante e misture bem. Coloque em

recipiente para secar e depois corte em tabletes.

#### *4. Sabão com álcool, óleo e sebo: o mais trabalhoso*

- 5 litros de água
- 4 litros de sebo derretido
- 4 litros de álcool combustível
- 2 litros de óleo de cozinha
- 1 kg de soda cáustica em flocos ou escamas
- 500 ml de desinfetante a base de eucalipto
- 30 ml de essência aromatizante

Em uma vasilha plástica grande coloque a água e a soda até dissolver bem. Acrescente o álcool mexendo sempre com um pedaço de madeira e devagar. Cuidado para não derramar a mistura sobre a pele. Junte o desinfetante sem parar de mexer.

Adicione o óleo aquecido mexendo sempre, após alguns minutos acrescente devagar o sebo derretido. Mexa por aproximadamente 45 minutos ou até formar uma substância parecida com parafina.

Coloque a essência e mexa por mais 5 minutos. Despeje em uma forma para esfriar por aproximadamente 12 horas.

### *5. Sabão com óleo e detergente: o mais econômico*

- 6 litros de óleo usado
- 1 litro de soda cáustica líquida
- 1 litro de detergente de coco

Despeje todo o conteúdo em um recipiente plástico. Não mexa. Despeje o conteúdo em outro recipiente e troque de recipiente, passando de um para o outro por

quatro vezes. Não passe mais pois a mistura endurece e fica difícil tirar do recipiente. Despeje em uma caixa de papelão e espere até secar



## *6. Sabão com óleo e coco: o sabão de coco caseiro*

- ▣ 2 litros de óleo de cozinha

- 500g de soda cáustica
- 2 cocos secos frescos
- 700 ml de água
- 125 ml de álcool

Bata no liquidificador a água e o coco até virar uma massa de grãos bem finos ou um creme homogêneo. Ferva este creme até reduzir a  $\frac{3}{4}$  da quantidade inicial, transformando-o em um creme de coco.

Esquente o óleo em uma panela, e coloque junto com o creme de coco em um balde. Acrescente a soda cáustica e misture até diluí-la completamente. Misture o álcool e mexa por 40 minutos.

Despeje o conteúdo em um recipiente liso forrado com papel manteiga.

Aguarde endurecer e corte em tabletes.

## *7. Sabão em garrafa PET: o mais seguro*

- ☐ 1 litro de óleo de cozinha usado
- ☐ 200 ml de água
- ☐ 240 ml de soda cáustica líquida

Utilizando um funil, coloque dentro da garrafa pet o óleo, a água e por último a soda cáustica. Balance um pouco a garrafa para que os produtos se misturem e tampe. Aguarde até que endureça, corte a garrafa em fatias do tamanho desejado e desenforme o sabão.

## *8. Sabão de abacate: o que pode ser usado na pele*

- ☐ 5 kg de polpa de abacate
- ☐ 1/2 kg de sebo derretido ou banha

- 400 g de soda cáustica
- 150 g de breu (encontrado em ferragens ou casas de

Quando o abacate estiver maduro, corte-o no meio e separe o caroço e a casca da massa. Coloque toda a massa em uma vasilha limpa e acrescente a soda, o sebo e o breu. Mexa durante uma hora. Coloque numa caixa forrada com plástico ou em formas e deixe no mínimo 24 horas para secar. Corte em barras.

Para obter maior consistência, deve-se acrescentar duas ou três colheres de sopa de farinha de milho ou cinzas.

Antes de usar na pele, espere pelo menos um mês, o tempo faz com que o poder corrosivo da soda cáustica neutralize. O abacate possui óleos importantes, benéficos para a pele.

## *9. Sabão de cinzas: o melhor para lavar roupas brancas*

- 5 kg de sebo
- 2,5 kg de cinzas
- 5 litros de água
- 1/2 kg de soda cáustica

Derreta o sebo em fogo baixo até ficar uniforme. Ferva a água com as cinzas por 4 horas, deixe que elas assentem e use somente a água para juntar ao sebo. Mexa bem. Junte a soda bem devagar e já fora do fogo mexa bem até dissolver.

A cinza tem um alto poder branqueador. Para clarear panos de prato e toalhas de banho coloque-as de molho ensaboadas em um balde com uma “trouxinha” de cinzas. Lave normalmente no dia seguinte.

## *10. Sabão de erva doce e limão: o que não usa nem óleo, nem soda*

- 50g de erva doce
- 1 litro de água
- 1 sabão de coco ou caseiro
- 1 colher de sal
- 1 casca de limão

Liquidifique o limão e o sal em pouca água, coe em um coador de pano e reserve. Rale o sabão e coloque para ferver junto com a água e a erva doce até que formem uma mistura única. Lembre-se de não usar uma panela de alumínio.

Quando o sabão derretido estiver morno, misture o suco da casca de limão e coe tudo. Mexa devagar e

guarde em um pote fechado por uma semana antes de usar.

Vale lembrar que é imprescindível tomar todo cuidado possível ao preparar as receitas com água quente e soda cáustica para evitar acidentes domésticos. A soda é um corrosivo e pode causar danos gravíssimos.

A **fórmula base para fazer sabão**

caseiro é a **receita para a**

A partir deste **sabonete básico de glicerina**, as possibilidades de ingredientes que você incorporar.

Você pode experimentar com **corantes e essências** diversas ou, disso, poderá variar os **moldes** utilizados para dar forma ao sa

A seguir uma pequena seleção de sugestões que você pode levar **seus sabonetes caseiros:**

1. **Receita de sabão caseiro com pétalas de flores:** incluir flores secas que podem ser vistas graças à transparência da glicerina é sem dúvida uma ideia muito boa. Se você seguir o

anterior link, a Rocío Moreno te explica como fazer isso.

2. **Receita de sabão caseiro de argila:** neste caso se privilegiam as propriedades da argila, para fazer uma receita de sabão esfoliante que devolverá a tersura à sua pele.

3. **Receita de sabão caseiro com forma de melancia:** uma receita que privilegia o modo como é feito este sabão realmente artesanal. A partir desta sugestão você pode ensaiar muitas mais formas, criando seus próprios moldes para fazer sabões muito originais.

4. **Receita de sabão caseiro de ervas:** uma opção muito aromática de sálvia e eucalipto que inundará o ambiente com uma fresca fragrância.

5. **Receita de sabão caseiro com óleo de amêndoas:** pelas excelentes propriedades do óleo de amêndoas para a pele, esta receita de sabão será sem dúvida um verdadeiro brinde para devolver à sua pele o seu vigor natural.

# FÓRMULA DO SABONETE USE SABÃO A BASE DE GLICERINA PARA FAZER SABONETE

1. **Cortar o sabão base de glicerina** para fundir, em pedaços pequenos: existem duas opções, ou colocá-los em banho-maria dentro de um recipiente de cristal ou plástico duro ou no microondas.

## Qual é o sabão de glicerina mais fácil de fazer artesanalmente?

O **sabão de glicerina moldeável**. É uma base de sabão de glicerina que você pode trabalhar comodamente em casa, já que

você só tem que desfazê-la em banho-maria para trabalhar com ela. Depois de tê-la colorido e perfumado a gosto, verta em qualquer molde que quiser.

## Que aspecto tem?

É uma **base transparente sólida, em forma de tijolo** ou moldeada em uma terrina de plástico, assim se conserva melhor

e não perde umidade enquanto está armazenada. É suave ao tato e sua cor vai do incoloro até o âmbar, dependendo da qualidade do produto (quanto mais transparente, melhor qualidade tem o produto).

Esta base de sabão moldeável **tem uma variação opaca, normalmente branca**, embora exista já também em outras cores

no mercado (amarelo, rosa e verde). As bases opacas se utilizam, geralmente, para dar um aspecto mais "rústico" ou artesanal, tão na moda atualmente.

## Que ferramentas você precisa?

- Um **pote ou tigela** resistente ao microondas ou banho-maria.
- **Uma colher ou um palito** (daqueles do tipo de comida oriental) para remover.
- Algo para utilizar como **molde**.
- Um **banho-maria ou um microondas** para desfazer o sabão.
- **Fragrâncias e cores**, específicos para sabão se for possível.

## Que quantidade de fragrâncias podem ser utilizadas?