



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DO VALE DO ARAGUAIA – UNIVAR**

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DOS ÓLEOS ESSENCIAIS NO  
TRATAMENTO DA DERMATITE SEBORREICA**

ÂNDRIA DIAS MONTEIRO

Barra do Garças – MT, outubro de 2022



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DO VALE DO ARAGUAIA – UNIVAR**

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DOS ÓLEOS ESSENCIAIS NO  
TRATAMENTO DA DERMATITE SEBORREICA**

ÂNDRIA DIAS MONTEIRO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como pré-requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Estética e Cosmética pelo Centro Universitário do Vale do Araguaia, sob orientação da Professora Especialista Kelly Tavares de Freitas.

Barra do Garças – MT, outubro de 2022

## **AValiação DA EFICÁCIA DOS ÓLEOS ESSENCIAIS NO TRATAMENTO DA DERMATITE SEBORREICA**

Ândria Dias Monteiro<sup>1</sup>  
Kelly Tavares de Freitas<sup>2</sup>

**RESUMO:** O profissional da estética capilar lida diariamente com problemas patológicos relacionados ao couro cabeludo de seus clientes, muitos são referentes a pacientes que não usam produtos adequados ou que não tem o devido cuidado com o couro cabeludo ou até mesmo por genética. O tema tratado neste artigo é sobre a dermatite deborreica com tratamento baseado em óleos essenciais de alecrim, melaleuca e lavanda através de experimentos feito em pessoas de 20 a 50 anos. A caspa é comum na maioria da população e gera muito desconforto. Muitas pessoas não tem o conhecimento sobre os Óleos Essenciais e muitas não sabem que esses Óleos podem ajudar no tratamento contra a Caspa. Hoje existem várias formas de detectar a Dermatite Seborreica, por exemplo, através de exames e avaliações do couro cabeludo. Por mais que a Caspa não possua cura ela pode ser tratada com alguns procedimentos e acompanhamento de um especialista.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aromaterapia; Caspa; Tea Tree; Lavandula Angustifolia; Rosmarinus Officinalis e Tricoscopio.

**ABSTRACT:** The hair aesthetic professional deals daily with pathological problems related to the scalp of his clients, many refer to patients who do not use adequate products or who do not take proper care of the scalp or even genetics. The subject addressed in this article is about seborrheic dermatitis with treatment based on rosemary, melaleuca and lavender essential oils through experiments carried out on people from 20 to 50 years old. Dandruff is common in most of the population and generates a lot of discomfort. Many people are not aware of Essential Oils and many are unaware that these Oils can help in treating Dandruff. Today there are several ways to detect Seborrheic Dermatitis, for example, through scalp examinations and evaluations. As much as Dandruff has no cure, it can be treated with some procedures and follow-up by a specialist.

**KEY WORDS:** Aromatherapy; Dandruff; Tea Tree; Lavandula Angustifolia; Rosmarinus Officinalis and Tricoscope.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso Tecnólogo de Estética e Cosmética do Centro Universitário do Vale do Araguaia – UNIVAR, Barra do Garças/MT - Brasil. Contato: e-mail: andriadias84171276@gmail.com

<sup>2</sup> Docente orientadora Curso Tecnólogo em Estética e Cosmética, Centro Universitário do Vale do Araguaia – UNIVAR, Barra do Garças/MT - Brasil., pós-graduada em Docência no Ensino Superior pelo UNIVAR, graduada em Farmácia pelo UNIVAR

## 1. INTRODUÇÃO

A Estética dos cabelos tem suma importância para as pessoas, e nos tempos de hoje, ela é muito valorizada, pois, apesar de não ser essencial para a sobrevivência humana, é imprescindível para o bem estar emocional e físico. Os cabelos, principalmente para as mulheres, têm um valor indiscutível, já que é uma das partes que as mulheres geralmente mais se atentam aos cuidados pessoais (PEREIRA, 2016).

Hoje em dia, o cabelo se tornou um símbolo de sedução para as pessoas. Sendo mais cuidado pelas mulheres, porém, atualmente muitos homens estão se preocupando mais com a aparência visual do cabelo (ROLAND, 2022).

Sheila Bellotti, (dermatologia on line), explica que no organismo há vários fungos e bactérias convivendo em quantidades e situações ideais sem afetar a saúde. Mas, quando essa cadeia se desarmoniza, podem ocorrer vários problemas, entre eles, a caspa. “Ela é ocasionada pelo fungo *pityrosporum ovale*, que vive normalmente no couro cabeludo, mas se produzido em grande quantidade, acaba provocando irritação e descamação”. Ainda acrescenta que a seborreia está diretamente ligada a queda. “Apesar de não ser a única causa, é um dos fatores importantes para desencadear o problema”.

A autoestima é um dos fatores principais que levam as pessoas a procurarem maneiras de melhorarem sua aparência, que vem crescendo muito no decorrer dos anos. Com o passar do tempo, vão surgindo novos aparelhos mais tecnológicos, novos procedimentos estéticos para suprirem a satisfação estética das pessoas, fazendo com que o mercado da esteticista cresça cada dia mais. A baixa autoestima é provável por causa problema nas relações interpessoais e transtornos psicológico como ansiedade, enquanto a autoestima alta favorece a saúde (MARTINS, 2020).

A dermatite seborreica é uma doença da pele que faz com que o couro cabeludo fique inflamado e ela é crônica, onde se manifesta primeiramente por lesões eritematosas, cobertas por escamas gordurosas ou placas róseas a amareladas de formatos e tamanhos variados. Essas lesões desenvolvem-se, principalmente, em regiões ricas em glândulas sebácea, como por exemplo o couro cabeludo, face tórax e flexuras. Essa doença atinge 2 a 5 % da população mundial e afeta uma ampla faixa etária, desde recém-nascidos até a fase senil, porém, possui maior densidade de incidência em adultos e idosos (MULLER, 2021).

Constatou-se que em pacientes vítimas de dermatite seborreica e a oleosidade no cabeludo são comuns, devido as glândulas sebáceas e folículos pilosos serem influenciados pelos hormônios, fazendo a hiperprodução (PEREIRA et al. 2016).

O couro cabeludo apresenta várias camadas, constituído por um tecido protetor na superfície, a epiderme, e um tecido de suporte nutritivo profundo, a derme, que contém inúmeros vasos sanguíneos dos quais a raiz do cabelo o folículo piloso está localizado na derme. Pode ser descrito como um saco que contém o cabelo. E a matriz do cabelo, a área onde a divisão celular está ativa. Um verdadeiro órgão em miniatura, produz constantemente células cuja acumulação é queratinização dão origem ao fio de cabelo (FURTERER, 2022).

A caspa é uma descamação do couro cabeludo e é extremamente frequente nas pessoas. Por mais que ela não cause nenhum transtorno biologicamente, ela causará um desconforto muito grande devido a ser visível (PEREIRA; 2016).

De acordo com a COBB, 2019, existem dois tipos de caspas. Uma é denominada de caspa da pele seca e a outra de caspa da pele oleosa. A caspa da pele seca é mais frequente nos meses de inverno, por causa do clima frio e do aquecimento interno e já a caspa da pele oleosa se dá devido as glândulas da superfície da pele produzirem muito sebo.

A Caspa não tem cura, mas pode ser amenizada com alguns cuidados e tratamentos (DAMBROSIO, 2019). Um dos fatores que podem ser usados para reduzir a caspa é o uso dos óleos essenciais, tais como: alecrim, melaleuca e lavanda.

A tricoscopia é um método auxilia na investigação de doenças do couro cabeludo e desordens capilares, sendo muito utilizada na área dermatológica, facilitando o tratamento (MEDEIROS et al. 2021). Além dos tratamentos mais convencionais, há também terapias alternativas, que são pouco invasivas e muito eficientes. Os óleos essenciais são botânicos da natureza e podem fazer maravilhas para os cabelos e couro cabeludo. Eles podem ser usados para purificar o couro cabeludo, fortalecer, melhorar a irritação e controlar a caspa. Os óleos essenciais estimulam os folículos pilosos, melhoram a circulação e ajudam no controle da oleosidade no couro cabeludo, o que atrapalha a oxigenação. Os óleos essenciais são princípios ativos retirados de várias partes de plantas medicinais e aromáticas, como flores, cascas de frutos, galhos, folhas, sementes e troncos (OLIVEIRA, SARMENTOS, 2019).

Existem relatos de que os óleos essenciais já eram utilizados há mais de 6000 mil anos, pelas civilizações chinesas, indianas e mesopotâmicas. Utilizavam-se as plantas como agentes medicinais. Os óleos essenciais desempenham funções biológicas na natureza, pois agem contra microrganismos, insetos, herbívoros, atraindo polinizadores e dispersores de sementes, e alguns, até atuam como fotoprotetores (CAVALARI, 2017).

O alecrim é uma erva culinária perene lenhosa e é nativa da região do Mediterrâneo. A planta na forma de óleo essencial tem propriedades Anti-inflamatórias, prevenindo a Caspa (WHITE, 2019). O óleo de melaleuca vem de uma árvore nativa da Austrália chamada de Melaleuca Alternifolia, e ajuda no combate a vários fungos sendo um deles o que causa a Caspa. Ele ajuda a reduzir a coceira, a oleosidade e as lesões associadas a Caspa (WHELAN, 2018).

Conforme White, 2019, o óleo de lavanda é feito da planta lavanda e é cheio de benefícios para saúde, tem muitas vantagens para o cabelo, é antimicrobiana e pode prevenir coceira no couro cabeludo, a caspa e até infecções. Este projeto tende a demonstrar o quão comum a caspa é e o quanto as pessoas se sentem desconfortáveis e com a autoestima baixa por apresentar a Dermatite seborreica, mais popularmente conhecida como caspa.

Demonstrará através de análise quais os motivos para formação da Caspa e mostrar que as pessoas não sabem usar os produtos corretos para minimizar o seu aparecimento, lembrando que é necessário o acompanhamento de um profissional especializado para estar analisando o grau da Dermatite. Um dos pontos abordados será o uso de Óleos Essenciais para amenizar a Caspa e com isso demonstrar como as pessoas se sentem insatisfeitas com ela.

Será realizado a tricoscopia que nada mais é que um aparelho utilizado para avaliar o couro cabeludo e o grau da dermatite seborreica e então decidir qual o óleo essencial que terá maior efeito para o tratamento de cada paciente.

## **2. METODOLOGIA**

Este trabalho se constitui em pesquisa experimental para obter dados suficientes para a pesquisa de campo, onde serão analisados os tratamentos da dermatite seborreica através dos óleos essenciais de alecrim, lavanda e melaleuca.

De início, foram selecionados candidatos que possuem a Dermatite Seborreica sendo 08 (oito) do sexo Feminino na faixa etária entre 20 e 50 anos de idade e 01 (um) do sexo Masculino com 25 anos de idade, onde será analisado através de exame de tricoscopia para identificar o grau e então usar o tratamento mais adequado com os Óleos Essenciais.

Todos foram informados do fundamento do trabalho e ambos assinarão um Termo de Consentimento.

### **2.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO**

Trata-se de projeto de um ensaio clínico. Os participantes foram alocados em três possíveis grupos:

**Grupo 1:** óleos essenciais de lavanda;

**Grupo 2:** óleos essenciais de melaleuca;

**Grupo 3:** óleos essenciais de alecrim;

A coleta de dados e todas as análises subsequentes foram realizados em salão particular em Barra do Garças – MT. Todos os participantes foram informados sobre todos os objetivos e procedimento do estudo, após, concordarem e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que lhes asseguraram direitos de privacidade. As avaliações foram realizadas antes da aplicação do protocolo e após.

Como serão tabulados por análise, todos os grupos passaram por um exame de tricoscopia para análise do couro cabeludo.

Grupo1(N =3) entrevista para coleta de dados, exame de tricoscopia, preenchimento de ficha de anamnese e termo de consentimento, foto do cabeludo e entrega o shampoo de lavanda.

Grupo 2(n=3) entrevista para coleta de dados, exame de tricoscopia, e preenchimento de ficha de anamnese e termo de consentimento foto do cabeludo e entrega do shampoo de melaleuca.

Grupo3(n=3) entrevista para coleta de dados, exame de tricoscopia, preenchimento de ficha de anamnese e termo de consentimento, fotos do couro cabeludo e entrega o shampoo de alecrim.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

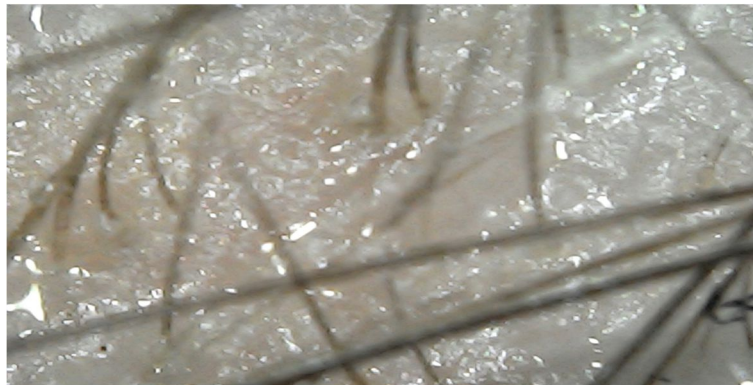
Neste estudo foram selecionados 9 (nove) adultos com dermatite seborreica entre 20 e 50 anos, todos moradores da cidade de Barra do Garças – MT e que se adequaram nos critérios de inclusão e que não possuíam contraindicações.

A maioria dos voluntários já tentaram métodos paliativos para o controle da doença, como utilização de shampoos anticaspa, porém, relataram não ter sido eficiente ou até mesmo fez com que o cabelo ficasse mais seco. Dos 9 (nove) participantes somente 3 (três) chegaram a utilizar o shampoo.

Foi feito uma seleção via redes sociais, onde responderam uma série de perguntas contidas na anamnese e assinar o termo de consentimentos livre e esclarecido e análise capilar com tricoscopia, onde foi registrado fotos com intuito de comparar o início com o fim do tratamento.

No decorrer da seleção foi constatado uma enorme dificuldade em conseguir voluntários, provavelmente devido ao constrangimento em dizer que possui Caspa ou até mesmo por não acreditar que o tratamento possa ajudar, pois, alguns dos voluntários informaram que tentaram por conta própria, usar produtos que diziam acabar com a Caspa.

**Figura 1.** Foto registrada pelo Tricoscopia em um voluntário de 22 anos.



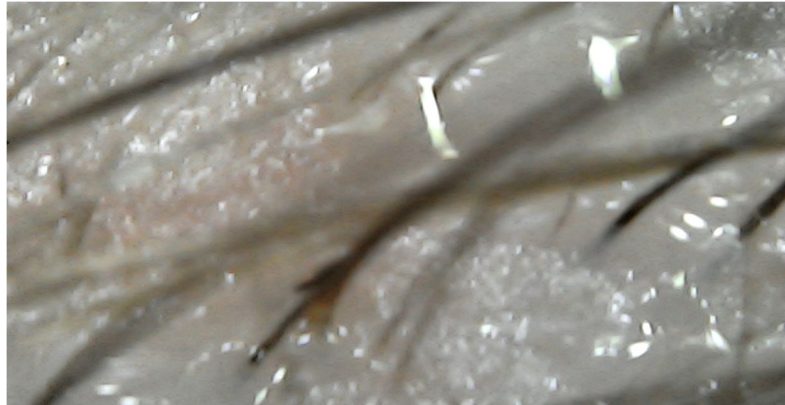
Na imagem acima, tirada através do Tricoscopia, mostra o couro cabeludo de um voluntario de 22 anos e que a Dermatite Seborreica está na fase inicial da Caspa, possuindo apenas oleosidade no couro cabeludo. Diante desse diagnóstico, foi utilizado 03 (três) gotas do Óleo Essencial de Lavanda e misturado à 500 ml de Shampoo.

Foi solicitado para o modelo que utilizasse a composição 03 vezes na semana por um período de 01 (um) mês e acompanhamento semanal para analisar se estava apresentando resultados no tratamento. Com algumas semanas foi possível verificar que começou a apresentar resultado, diminuindo a oleosidade consideravelmente e que provavelmente antes do prazo de 01 (um) mês a Oleosidade estaria controlada, porém, o voluntario não seguiu mais com o tratamento corretamente, passando a usar o shampoo com menos frequência e após uma outra análise foi possível verificar que a oleosidade tornou a voltar. Por volta da segunda semana, ele desistiu do tratamento.

Utilizei o óleo de lavanda no tratamento para combater a incidência crescente de infecções a antifúngicos, ele demonstrou ser um potente antifúngico contra as cepas

responsáveis por infecções comuns na pele. De acordo com Aromaflores, 2015, ele é calmante a pele irritada ou muito ressecada e com asperezas e também pode ajudar na ansiedade que ativa o sistema límbico relacionado ao lado emocional no organismo e facilita esse relaxamento sensorial.

**Figura 2.** Foto registrada pelo Tricóscopio antes do tratamento em um voluntário de 26 anos.

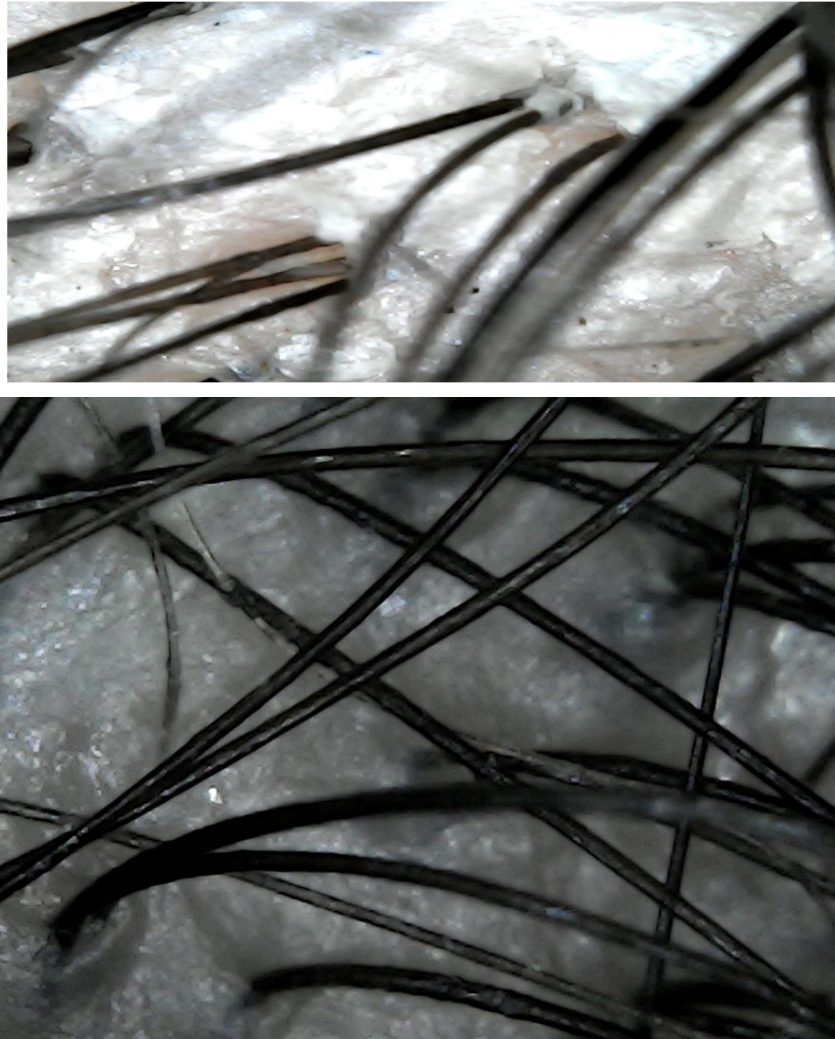


Na imagem acima, mostra o couro cabeludo de uma voluntária de 26 anos, foi possível verificar que ela está com descamações brancas e oleosidade no couro cabeludo. Após essa análise, foi utilizado o Óleo Essencial de Alecrim e para essa composição foi utilizado 03 (três) gotas do óleo misturado em 500 ml de shampoo.

A voluntária chegou a pegar o shampoo, porém, não quis seguir com o tratamento, fazendo com que não conseguisse diagnosticar o tratamento com o Óleo Essencial de Alecrim. Para esse tratamento, ela deveria utilizar o shampoo 03 (três) vezes na semana por um período de um mês, com acompanhamento toda semana para que pudesse verificar se o tratamento estava surtindo o efeito esperado.

O alecrim limpa profundamente o couro cabeludo, combate a queda capilar e estimula o crescimento dele e conhecido como Minoxidil natural, além de ser tão eficiente no couro e cabelo não provocou coceira no couro e o excesso de sebo presente no couro cabeludo ser lavado corretamente os cabelos, fator fundamental para a manutenção da saúde capilar. De acordo com Quaticflora, 2020, o óleo essencial de alecrim diminui a ação hormonal do DHT e ainda tem propriedades anti-seborreicas, antifúngica, poderoso ativador da microcirculação do couro cabeludo, cicatrizante, adstringente e antisséptico, o alecrim tem propriedades estimulante e bactericidas, muito indicado para peles oleosas.

**Figura 3.** Fotografias tiradas antes tratamento pelo Tricoscopio em uma voluntária de 42 anos.



Na imagem acima, tirada de uma voluntaria de 42 anos, foi possível verificar que o couro cabeludo possui a dermatite seborreica com o aspecto de escamas esbranquiçadas, oleosas e de acordo com ela, tem leve ardência e coceira. Essa situação pode piorar caso a pessoa tenha o costume de pelo ato de cutucar a área infectada, chegando a causar vermelhidão no couro cabeludo. O Óleo Essencial escolhido para esse tratamento foi o de Melaleuca, onde foi utilizado 05 (cinco) gotas do óleo misturado à 500ml de shampoo.

A voluntaria utilizou o shampoo pelo tempo solicitado e teve uma melhora na coceira, na vermelhidão e na descamação. Ela ainda se encontra em tratamento, mas poucos tempos de uso já foi possível observar uma significativa melhoria no tratamento dos sintomas. Ela ainda relatou observar que a descamação caída sobre ombros apresentava menor grau do que antes

do início do tratamento, fato este observado também através dos registros fotográficos, bem como houve diminuindo no prurido.

A aplicação foi de boa tolerância e não apresentou nenhum efeito adverso. Após um mês, observou-se melhora no quadro da descamação e da coceira. A paciente demonstrava estar muito satisfeita com o resultado obtido.

ARAUJO, 2021, diz que no tratamento da caspa com Óleo Essencial de Melaleuca foi eficaz no combate da mesma, apesar de não extinguir totalmente a descamação com apenas pouco tempo, devendo ser utilizado por um tempo maior para melhores resultados.

De acordo com Muller e Araujo, 2021, o óleo essencial apesar de ser muito usado para ajudar no crescimento dos fios, o óleo de Melaleuca também é eficaz no tratamento da caspa isso acontece porque o óleo ajuda na regeneração e na limpeza do couro cabeludo, melhorando, assim, a aparência e diminuindo a coceira

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A dermatite seborreica é uma doença da pele que faz com que o couro cabeludo fique inflamado e ela pode ser crônica. Ela se manifesta primeiramente por lesões eritematosas e são cobertas por escamas gordurosas ou placas róseas á amareladas. A oleosidade no couro cabeludo é comum por causa das glândulas sebáceas e dos folículos pilosos, podem também ser influenciados pelos hormônios, a falta de cuidado diário e a ansiedade também é causadora do aparecimento da caspa.

Invariavelmente o tema abordado evidencia a dermatite seborreica no couro cabeludo, isso porque, ocorre em consequência do mal higiene, e também devido a estresses diários, oleosidade exacerbado no couro cabeludo, inclusive, pode ocorrer devido à oleosidade.

Nesse estudo, verificou-se nos pacientes que a caspa, por mais que seja uma doença que não afeta biologicamente o nosso sistema, ela causava grandes desconfortos. Com isso foi levantado estudos sobre os Óleos Essenciais para a diminuição e controle da oleosidade no couro cabeludo. O uso do Óleo Essencial de Melaleuca misturado no shampoo foi o mais eficaz no quesito de diminuição da dermatite seborreica, com poucos dias foi perceptível uma drástica redução das placas róseas e com o tempo o controle mais eficaz da oleosidade.

Os óleos essenciais também contribuíram no fortalecimento dos fios e couro cabeludo, diminuindo a caspa, devido suas propriedades antissépticas, antifúngicas, parasiticidas, germicidas, antibacterianas e anti-inflamatórias e no controle de oleosidade.

Foi observado nos pacientes que diversos fatores foram identificados para o aparecimento da Dermatite Seborreica, tais como: fator emocional, os equipamentos de trabalho, como por exemplo as toucas inadequadas e usadas diariamente, interferiram um pouco no resultado do tratamento.

Não foi realizado muitas análises devidas as dificuldades de fazer com que os modelos seguissem o tratamento passo a passo, sendo que muitos alegavam esquecer de usar os produtos. A falta de cuidado pessoal foi altíssima e isso contribuiu para que muitos dos tratamentos não surtissem efeito. Mas conforme analisado na pesquisa, essa situação pode ser resolvida com a ajuda do paciente.

Conclui-se, que os óleos essenciais foram realmente capazes de auxiliar no tratamento da Dermatite Seborreica, porém profissional da Estética encontra vários desafios, sendo um deles é fazer com que o paciente use os produtos de forma correta e o profissional precisa estar sempre atualizado com os novos tratamentos e com os diversos fatores patológicos que podem surgir ao longo dos tempos. O profissional precisa orientar bem seus pacientes a fim de explicar que o tratamento deve seguir até que seja informado que não precisa mais utilizar ou que precisa utilizar com menos frequência e que o simples fato de o tratamento começar a surtir efeito não significa que já pode parar de fazer acompanhamento ou que pode fazer por vontade própria.

## **5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ABEC – Faculdades Unidas do Vale do Araguaia. Elaborando Trabalhos Científicos - Normas para Apresentação e elaboração/ UNIVAR – Faculdades Unidas do Vale do Araguaia. Barra do Garças (MT): Editora ABEC, 2015.

AROMAFLORA – Associação Brasileira de Estudos e Pesquisas em Aromaterapia – Óleo de Lavanda tem potente efeito antifúngico. 07 de mar de 2015. Acesso em: <<https://www.aromaflora.com.br/óleo-de-lavanda-tem-potente-efeito-antifungico>> Acesso em 16/10/2022.

DSILVA, Nikita. Benefícios de beleza do óleo de alecrim. 22 de Jul de 2020. Acesso em: <<https://www.femina.in/beauty/beauty-benefits-of-rosemary-oil-164481.html>>. Acesso em: 27 de Mar de 2022.

GOODHART, Ross. Alecrim para caspa: Verificando os fatos. 28 de Fev de 2020. Disponível em: <<https://hellojupiter.com/learn/ingredients/rosemary-dandruff-hair-scalp-how-it-works>>. Acesso em: 25 de Mar de 2022.

GOODHART, Ross. Lavanda para cabelos e couro cabeludo: porque e como isso ajuda. 19 de Fev de 2020. Disponível em: <<https://hellojupiter.com/learn/ingredients/lavender-for-hair-and-scalp-care-how-it-helps>>. Acesso em: 26 de Mar de 2022.

MULLER; Cláudia Regina, ARAUJO; Julia Holz de. Terapia Capilar com Óleo Essencial de Melaleuca no tratamento da Caspa. TRICHO HEALTH CONGRESS, 1ª edição, de 21/03/2021 a 23/03/2021 ISBN dos Anais: 978-65-86861-86-0.

ORGANIK – Qualidade de vida. Como usar Óleos Essenciais no shampoo. 28 de jul de 2018. Disponível em: <<https://organik.com.br/oleos-essenciais-no-shampoo/#:~:text=Se%20voc%C3%AA%20faz%20a%20lavagem,frasco%20e%20utilize%20apenas%20isso.>>, Acesso em: 28/09/2022.

PEREIRA, José; PEREIRA, Fernanda; PEREIRA, Vivian; PEREIRA, Ivan. Tratado das doenças dos cabelos e do couro cabeludo: Tricologia. Rio de Janeiro: Di Livros LTDA, 2016.

QUANTIC FLORA. Óleo essencial de alecrim: o Minoxidil natural. 07 de nov de 2020. Disponível em: <[https://www.quantiflora.com.br/post/oleo-essencial-alecrim?gclid=Cj0KCQjw166aBhDEARIsAMEyZh5s5OA2\\_WVvTqGZIUQM34Jec2EvmtC7y4A4IgPkrKD0EVdM5P6S470aAm0IEALw\\_wcB](https://www.quantiflora.com.br/post/oleo-essencial-alecrim?gclid=Cj0KCQjw166aBhDEARIsAMEyZh5s5OA2_WVvTqGZIUQM34Jec2EvmtC7y4A4IgPkrKD0EVdM5P6S470aAm0IEALw_wcB)>. Acesso em: 16/10/2022.

RENE FURTERER PARIS. A Fisiologia do couro cabeludo. Disponível em: <<https://www.renefurterer.com/pt-pt/dicas/couro-cabeludo/a-fisiologia-do-couro-cabeludo#>>. Acesso em: 22 de Mar de 2022.

ROLAND, James. Que tipo de caspa está causando seu couro cabeludo escamoso?. 08 de Jan de 2021. Disponível em: <<https://www.healthline.com/health/types-of-dandruff>>. Acesso em: 27 de Mar de 2022.

SANCHES, Dra. Giselle. Existem diferentes tipos de caspa? quais são?. 04 de Ago de 2021. Disponível em <<https://cuidadospelavida.com.br/pele-e-beleza/cabelo/existem-diferentes-tipos-de-caspa-quais>> Acesso em 27 de Mar de 2022.

WHELAN, Corey. Óleo da árvore do chá para caspa. 03 de Abr de 2022. Disponível em: <<https://www.healthline.com/health/tea-tree-oil-for-dandruff#uses>>. Acesso em: 25 de Mar de 2022.

WHITE, Adrian. 5 Razões para usar óleo de lavanda para o seu cabelo. 08 de Mar de 2019. Disponível em: <<https://www.healthline.com/health/lavender-oil-for-hair#benefits>>. Acesso em: 25 de Mar de 2022.

WHITE, Adrian. Devo usar óleo de alecrim para o crescimento do cabelo?. 16 de Abr de 2019. Disponível em: <<https://www.healthline.com/health/rosemary-oil-for-hair#benefits>>. Acesso em: 27 de Mar de 2022.