



ATIVIDADES PARA TODA A FAMÍLIA

CIÊNCIA EM CASA

Centro de Ciência de Angra do Heroísmo
Observatório do Ambiente dos Açores



QUARENTENA SALGADA

Hoje vamos abordar uma atividade sobre a higiene e falar dos sais de banho.

Vamos tentar com esta atividade responder a algumas perguntas tais como:

O que são sais de banho?

De onde vem o sal?

Quais os benefícios dos sais de banho?

Podemos fazer em casa? Qual a receita?



QUARENTENA SALGADA

O que são sais de banho?

A hora do banho pode ser um momento especial usando os sais de banho.

Hoje vamos aprender que os sais de banho são muito agradáveis, pois são calmantes, *esfoliantes*, removem as células mortas da camada externa da pele, deixando-a renovada, mais macia e relaxada.

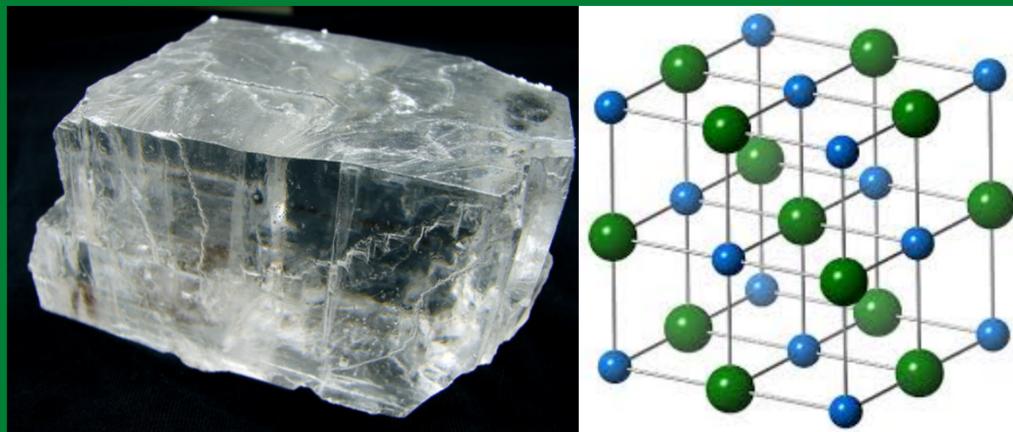


QUARENTENA SALGADA

O que é o sal e de como se obtém?

Há muitos sais! Em química, um "sal" é um composto que quando na presença de água separa-se num "cátion" e num "anião" (parte com carga positiva e negativa, respetivamente). Os sais geralmente são solúveis em água e normalmente formam cristais.

O sal de cozinha a que estamos habituados, é constituído principalmente por cristais de **cloreto de sódio (NaCl)**. É obtido por **evaporação da água salgada** e consequente cristalização. Este processo ocorre em salinas ou em minas.



Cristal de halite (cloreto de sódio)



Salinas e depósitos geológicos.

QUARENTENA SALGADA

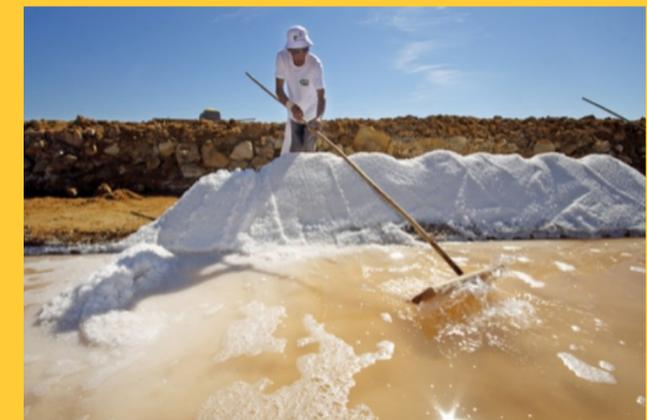
Dentro do sal de cozinha, há diversas tipologias. As mais conhecidas são o **sal marinho**, **flor de sal** e o **sal fino**.

O *sal marinho tradicional* e a *flor de sal* obtêm-se *manualmente* nas salinas, retirado em vários dias de tabuleiros de 10 a 20 metros quadrados, a cristalização dá-se no fundo ou à superfície do tabuleiro. A flor de sal é a camada mais superficial que é colhida e está logo pronta a utilizar. O sal marinho tradicional é seco durante alguns dias, onde se obtêm cristais cúbicos.

O *sal marinho ou de cozinha* obtém-se com recurso a máquinas, uma vez por ano. O sal obtido é lavado, centrifugado e seco. Podem ser adicionados *agentes branqueadores* (produtos que tornam o sal mais branco).

Quanto ao *sal fino*, este é dissolvido e recristalizado industrialmente. Obtém-se cristais todos iguais cujo tamanho final depende da pressão utilizada ns máquinas. A secagem envolve a adição de agentes antiaglomerantes e pode envolver agentes branqueadores.

Centro de Ciência de Angra do Heroísmo - Observatório do Ambiente dos Açores



Exemplos de tipologias de sal -
sal fino, sal marinho tradicional e
sal rosados Himalaias

QUARENTENA SALGADA

Quais os benefícios dos sais de banho?

Os sais atuam na camada mais superficial da pele (o maior órgão do corpo humano) e que nesta camada contém células mortas.

Limpam e **esfoliam a pele**, fazendo com que fique hidratada e mais macia, pois promovem a *renovação das suas células*.

Também ajudam a **relaxar os músculos** e tornam o banho mais agradável, através do benefício adicional da *aromaterapia*, de acordo com os **óleos essenciais** presentes. Estes ajudam a perfumar e hidratar a pele também.



Sais de banho, esfoliação facial e campos de plantas aromáticas, presentes nos sais de banho.



MÃOS EM ACÇÃO

Agora que já aprendeste um pouco sobre sais, vamos à última questão: *qual a fórmula dos sais de banho?*

Vamos à nossa atividade prática!

Vamos fazer os nossos sais de banho?

1

PASSO

Reúne os ingredientes necessários.

Vais precisar de:

- balança
- frasco para misturar os materiais
- sal de cozinha (sal marinho ou flor de sal de preferência)
- corantes alimentares
- ervas aromáticas ou flores secas (lavanda, jasmim, laranjeira ou carqueja)
- óleo essencial de jasmim ou alfazema /lavanda

2

PASSO

Pesa e coloca 100g de sal numa tigela ou frasco e adiciona algumas gotas de corante alimentar e em seguida agita a mistura.

Dica: podes dividir o sal em porções mais pequenas e colocar em cada uma corantes diferentes, obtendo no fim uma mistura super colorida!

3

PASSO

Adiciona 2 colheres de sopa de ervas ou flores secas à tua escolha e agita em seguida.

Finalmente, adiciona 3 ou 4 gotas de óleo essencial* de jasmim ou alfazema.

Coloca num frasco e espalha os sais na água bem quente!

Bom banho!

PASSO-A-PASSO



***Atenção!**

Tem **muita atenção aos óleos essenciais utilizados!** Alguns deles podem provocar reações na pele. **Não deves usar óleos cítricos** porque podem ser fototóxicos e provocar efeitos descolorantes na pele.

Porções a utilizar:

Para banho de pés: **25g**

Para banho de imersão: **50g**



Esperamos que se tenham divertido em família e fiquem seguros!

Estejam atentos a novas atividades!

Partilhem connosco os vossos trabalhos através da redes sociais (#CienciaEmCasa) ou para ccah.oaa@gmail.com