

POR AILIM CABRAL

**D**e tempos em tempos, antigos hábitos e coisas que parecem até comuns no dia a dia de algumas pessoas se tornam tendências e viralizam nas redes sociais. A moda da vez é o banho premium, super trend no TikTok. Somente na plataforma, são mais de 26 mil vídeos sobre o tema.

Já a hashtag #banhopremium teve mais de 55 mil buscas no TikTok e no Instagram. No Google Analytics, onde é possível ver os temas mais procurados, o banho premium foi pesquisado mais de 18 mil vezes entre maio e julho deste ano.

Regiane Bueno, VP de Marketing da Coty Brasil & Latam, acredita que a tendência está fazendo sucesso no Brasil pelo grande valor que os brasileiros dão para o bem-estar e o autocuidado.

“Uma prova é o fato de o Brasil ser o segundo país em consumo de produtos de beleza. Só perdemos para os Estados Unidos. E de forma global, uma pesquisa feita pela McKinsey & Company em seis países mostrou que 42% das pessoas consideram o autocuidado uma das prioridades para ter mais qualidade de vida”, detalha Regiane.

Certo, mas o que o tal banho premium tem de diferente de um banho normal? A novidade nada mais é que um ritual de banho relaxante incrementado com elementos que prometem estimular os sentidos e promover o descanso. E, mesmo que pareça comum, um banho premium é quase um artigo de luxo para quem tem a rotina corrida e pode, enfim, parar e se concentrar apenas em si mesmo por pelo menos 20 minutos.

O banho premium começa na preparação. Primeiro, planeje o momento para um dia mais tranquilo e depois que terminar suas obrigações, assim, pode relaxar sem precisar se preocupar com o tempo ou os compromissos pendentes.

Em seguida, escolha uma playlist, pode ser qualquer estilo ou tipo de música, desde que seja o que você gosta e se sente bem ouvindo. A iluminação ideal é mais fraca e é possível usar tanto luminárias diversas, que criam padrões diferentes no teto e nas paredes, ou investir em velas, que trazem um ar aconchegante e podem ser aromatizadas.

Prepare todos os produtos que pretende usar e os deixe ao alcance. Esfoliantes capilares, corporais e faciais estão entre os mais usados, sempre seguidos de uma hidratação poderosa, com cremes e óleos.

Máscaras faciais, óleos de massagem e escalda-pés são alguns dos elementos que podem incrementar o banho, assim como aproveitar para fazer a rotina de skincare e o protocolo de hidratação, reconstrução ou nutrição dos fios.

Regiane comenta que o banho é um momento interessante para se dedicar ao autocuidado. Por ser uma tarefa cotidiana que vai acontecer de qualquer maneira, por que não aproveitar e transformá-la nesse momento de prazer?

# ALÉM DO BANHO

Tendência necessária, o autocuidado tomou conta de mais um momento do dia a dia. Transforme sua chuveirada em um banho premium



**Kit Sabonete Facial e Esfoliante Facial de Carvão Ativado, da Catharine Hill (R\$ 101,88)**



**New Bright Lift Day, da Kiko Milano (R\$ 149,90)**



**Linha Skala Brasil Cacao**



**Manteiga e Esfoliante Corporal Carioca, da linha Vintage Granado (R\$ 90 cada)**



**Sabonete Óleo de Banho, da NIVEA (R\$ 35,99)**

**Toalhas Maggiori, da Trussardi (preço sob consulta)**

