

Project Pan, prática que viralizou nas redes sociais, promove economia, sustentabilidade e uma relação mais equilibrada com o consumo, incentivando o uso completo de produtos de beleza antes de adquirir novos

Sem excessos!

POR GIOVANNA RODRIGUES*

Vivemos em uma era de consumo acelerado, em que a busca constante por novidades, muitas vezes, ofusca a real necessidade da compra. Cada produto adquirido, especialmente no universo da beleza e dos cosméticos, carrega consigo impactos ambientais que vão desde a extração de matérias-primas até o descarte inadequado de embalagens e resíduos. Diante desse cenário, ganha força o debate sobre o consumo consciente e a urgência de rever hábitos.

Nesse contexto, o Projeto Pan vem viralizando nas redes sociais, especialmente no TikTok. A origem do nome vem da expressão em inglês "hit the pan", que significa "atingir o fundo da panela", ou nesse caso, da embalagem. A proposta é simples: usar até o fim os produtos de beleza e cosméticos que já temos antes de comprar novos. Além de reduzir o desperdício, essa prática promove uma relação mais consciente com o consumo, incentivando escolhas mais sustentáveis e responsáveis.

A tendência no TikTok consiste em uma série de vídeos nos quais os criadores de conteúdo mostram ao final de cada mês o progresso de uso dos produtos e aqueles já finalizados. A ideia é esgotar completamente um item, seja um batom, uma paleta de sombras, um hidratante, antes de se permitir comprar outro semelhante. O projeto vem transformando atitudes, promovendo reflexão e mostrando que pequenas ações no dia a dia podem gerar grandes impactos positivos no meio ambiente.

Histórias de quem pratica

A criadora de conteúdo Fifi Macedo é uma das entusiastas do Projeto Pan. Para ela, a motivação veio de uma angústia pessoal. "Gosto muito de maquiagem e produtos de beleza, mas percebi que não queria ter esses produtos em grandes quantidades. Sentia uma certa angústia em pensar que não conseguiria usar todos os meus produtos antes do vencimento", revela. Fifi explica que a prática a ajudou a focar em usar o que já tem, em vez de se deixar levar pelos lançamentos.



Reprodução/Shutterstock

O desafio foi se adaptar à utilização contínua dos mesmos produtos. "Antes, eu tentava usar os produtos do meu projeto todos os dias e confesso que pode ser um pouco chato, é legal ter variedade. Hoje, eu alterno, tento usar os produtos que estavam esquecidos, mas me permito usar outras coisas também."

Para Fifi, o projeto mudou significativamente sua relação com o consumo. "Penso duas vezes antes de comprar algo novo. Eu me pergunto: 'Será que eu já tenho algum item parecido com esse?', 'Eu vou usar isso de verdade no meu dia a dia?', 'Estou realmente precisando disso ou eu só quero isso?'. Além disso, passou a valorizar mais o que já possui. 'Gosto muito da ideia de garimpar minha própria coleção e redescobrir coisas esquecidas, ou então maneiras novas de usar o que já tenho.'"

Benefícios

Os benefícios do Projeto Pan se estendem por diversas áreas. Reduzir a compra de novos produtos, por exemplo, resulta em uma economia considerável no orçamento ao fim do mês. "É possível conciliar o consumo consciente com as vontades. O primeiro passo é fazer o planejamento financeiro e reduzir a ansiedade para consumir", afirma o economista Newton Marques.

O psiquiatra Fábio Aurélio Leite explica que existe uma relação emocional com o consumo excessivo de cosméticos, pois muitas pessoas que precisam tratar ansiedade, depressão, autoestima ou, até mesmo, trauma e frustrações recorrem a melhorar a aparência, como uma tática para conseguir aceitação e admiração.

Nesse contexto, a prática pode trazer uma sensação de bem-estar e controle. Para Fábio, movimentos

como o Projeto Pan são uma resposta à cultura do excesso. "É um movimento de contracultura do consumo. Todo excesso esconde uma falta", pondera. Ele complementa que o bem-estar emocional pode levar à consciência de que não é preciso consumir tanto.

Em questões ambientais, ao utilizar os produtos até o fim, diminui-se o descarte de embalagens e o consumo de recursos naturais envolvidos na produção. Gisela Prochaska, CEO e fundadora do Stylebar, uma rede de salões express, destaca que o Projeto Pan é uma prática de sustentabilidade ambiental. "Ao evitar o desperdício e reduzir o descarte de embalagens, ajuda a diminuir conscientemente o consumo de cosméticos", explica.

Gisela diz que percebeu uma mudança significativa no consumo de cosméticos nos últimos anos. "As pessoas estão mais informadas, buscam fórmulas limpas, marcas que compartilham seus valores e questionam exageros. O foco saiu da quantidade e foi para a qualidade, funcionalidade e impacto, ambiental, social e até emocional", diz. Sobre as linhas de produtos com refil, afirma: "São mais sustentáveis porque reduzem drasticamente o volume de resíduos."

Para quem quer começar no Projeto Pan, mas sente dificuldade em resistir a lançamentos, Fifi Macedo oferece uma dica valiosa: "Começar observando seu próprio comportamento. Você compra em alguma situação específica? Que tipos de produto? Você usa tudo que você compra?". Ela sugere que anotar tudo o que sentiu vontade de comprar no mês pode ser revelador. "Um tempo depois, quando olho minha 'lista de desejos', percebo que tem coisas ali que não fazem o menor sentido para mim no presente".

*Estagiária sob supervisão de Sibele Negromonte