

ZERO HORA

SAÚDE E BEM-ESTAR

AO VIVO | Siga Inter x São Luiz na Jornada Digital da Gaúcha

Eficácia diária Notícia

Protetor solar líquido ou em bastão: diferenças, aplicação e custo-benefício

Ambos os formatos podem até se complementar; escolha depende do tipo de pele, área de proteção e rotina

08/02/2026 - 04h11min
Atualizada em 08/02/2026 - 04h11min



CAROLINA DILL
Assistente de conteúdo*
[Enviar email](#)

Ler resumo



Tecnologia da indústria amplia as formas de apresentação do protetor solar nas farmácias.
boryanam / stock.adobe.com

Na prateleira, a diferença salta aos olhos: de um lado, o **protetor solar líquido**, tradicional e já conhecido do consumidor; do outro, o **protetor em bastão**, compacto, prático e cada vez mais popular. Mas será que essa escolha se resume a uma **questão de preferência**? Ou ela interfere diretamente na forma como a pele é protegida?

Entender o que muda entre esses dois formatos é fundamental para fazer uma compra mais consciente e eficaz em **momentos de exposição intensa ao sol**.

Para esclarecer as diferenças e entender em quais situações cada tipo é mais recomendado, **Zero Hora** conversou com a dermatologista Renata Heck, diretora científica da Sociedade Brasileira de Dermatologia – Seção RS (SBD-RS).

ZH INDICA: GUIA DE COMPRAS



Evite pirataria

Como escolher camisa de futebol original; veja dicas e o passo a passo

CAROLINA DILL



Esporte em alta

Como escolher a raquete ideal para beach tennis: guia completo

LEONARDO MARTINS



Energia total

Powerbank: como escolher o melhor carregador portátil para nunca ficar sem bateria

LEONARDO MARTINS



Receba por e-mail as notícias mais importantes de GZH todas as manhãs

Informe seu e-mail

QUERO RECEBER GRÁTIS

Protetor solar líquido ou em bastão: existe um melhor?

Não existe um "melhor" protetor solar. A escolha entre líquido e bastão depende do **tipo de pele**, da **rotina**, do **local de aplicação** e **até do estilo de vida**. De acordo com a dermatologista Renata Heck, ambos cumprem a sua função igualmente.

O que muda é o veículo em que essa proteção se apresenta: a versão líquida aparece como **creme, loção ou gel** nas farmácias, já a em bastão como um **stick sólido**.

No fim, o mais importante é que ambos os produtos sejam usados em **quantidade adequada** e **reaplicados corretamente** durante o dia.

LEIA MAIS

Verão sem queimaduras: tudo o que você precisa saber sobre protetor solar



Protetor facial: seis dicas para escolher o melhor produto

Saiba mais sobre o protetor solar líquido

Quais as principais características

- Textura mais fluida, cremosa ou aquosa
- Fácil de espalhar em grandes áreas, como rosto, braços e pernas
- É o formato mais tradicional e com mais variedade de fórmulas no mercado
- Há opções específicas para pele oleosa, seca, com acne ou sensível. Há protetores com ou sem cor, além de mais opções com a presença de ativos dermatológicos



Protetor solar líquido é ideal para ser utilizado em áreas maiores do corpo.

lesterman / stock.adobe.com

Para quem costuma ser mais indicado?

- É indicado, principalmente, para quem precisa de cobertura uniforme, sobretudo em áreas maiores do corpo
- Por ter textura fluida, ele facilita a aplicação da quantidade adequada, ponto essencial para garantir a proteção prometida no rótulo
- É a escolha mais recomendada para o **uso diário**, tanto no rosto quanto no corpo, e costuma ser o preferido na **aplicação inicial**, antes da exposição ao sol
- Também é indicado para crianças, para pessoas com pele seca ou normal e para quem passa longos períodos ao ar livre, como na praia ou na piscina

- A grande **variedade de opções permite adaptar o produto ao tipo de pele**. Por exemplo, fórmulas em gel ou fluido atendem melhor peles oleosas, enquanto cremes e loções oferecem mais conforto às peles secas

Há desvantagens?

- A depender da fórmula, pode escorrer com suor ou água
- Pode deixar sensação pegajosa em alguns tipos de pele
- A reaplicação fora de casa pode ser menos prática

LEIA MAIS



Bronzeado sem proteção? Entenda os perigos do movimento antiprotetor solar

Saiba mais sobre o protetor solar em bastão (*stick*)

Quais as principais características

- Textura sólida ou semissólida
- Possibilita aplicação direta sobre a pele
- Muito usado em **áreas localizadas**, como nas pálpebras, ao redor dos olhos e nas dobras do nariz
- É mais prático. Não vaza e é fácil de levar na bolsa
- Ideal para retoques ao longo do dia
- Boa adesão à pele, inclusive com suor. Tende a apresentar maior resistência à água

Para quem costuma ser mais indicado?

- Costuma ser uma boa opção para quem pratica esportes ao ar livre por conta da maior resistência e ao suor e da praticidade
- Pessoas com melasma, manchas ou cicatrizes por conta da possibilidade de aplicação bem localizada
- Uso em rosto, lábios, nariz, orelhas, pálpebras e tatuagens
- Para quem deseja reaplicação fácil sobre maquiagem



Há desvantagens?

- Pode haver aplicação insuficiente se o usuário não passar a quantidade adequada
- Mais difícil garantir cobertura uniforme em áreas grandes
- Geralmente é mais caro por grama de produto
- Pode deixar sensação mais pesada em peles oleosas por conta da maior presença de cera e agentes estruturantes

É possível combinar as duas formas?

Na prática, de acordo com Renata Heck, combinar os dois formatos pode ser uma "ótima" opção.

Por exemplo: utilizar o líquido na primeira aplicação do dia no rosto e no corpo. Depois, usar a forma em bastão para retoques na face e em áreas específicas com o passar das horas.

— Não existe uma superioridade de um em relação ao outro. Eles podem ser utilizados concomitante. Também é possível ter as duas opções para usar em momentos diferentes — destaca a especialista.

O que é importante lembrar: a quantidade importa muito para garantir que o produto irá oferecer a proteção descrita na embalagem.

- Com relação ao protetor líquido, recomenda-se a utilização de uma quantidade equivalente a uma colher de chá no rosto. Ou o equivalente a três dedos de produto. Já no corpo, cerca de uma colher para cada área grande
- O protetor em bastão precisa de várias passadas no mesmo local para garantir proteção



Os dois tipos de protetor podem ser usados concomitantemente durante o dia.

boryanam / stock.adobe.com

Rendimento e custo: qual vale mais a pena?

De modo geral, o **protetor solar líquido tende a render mais**. Ele é comercializado em embalagens de maior volume, o que dilui o custo por quantidade de produto.

Normalmente, são disponibilizados com cerca de **40 ml** nas versões faciais e entre **120 ml e 200 ml** nas corporais.

Além disso, a textura facilita a aplicação da dose adequada, reduz o risco de falhas na cobertura e torna o formato mais eficiente para áreas extensas do corpo, como braços, pernas e tronco.

Por isso, **no uso diário, o formato líquido costuma apresentar melhor custo-benefício**, mesmo quando o valor inicial pareça mais alto.

- Marcas populares oferecem versões específicas para o rosto com FPS 50, entre 40 e 60 ml, com valor de cerca de **R\$ 30 a R\$ 80**. Há também dermocosméticos de **R\$ 90 a mais de R\$ 130**
- Opções corporais com FPS 50, entre 120 e 200 ml, têm valor em média de **R\$ 40 a R\$ 90** nas farmácias



Bastão é usado principalmente em áreas localizadas, como o rosto, e em reaplicações.

Andrei / stock.adobe.com

Já o **protetor solar em bastão** costuma ter **rendimento menor** quando analisado em relação à quantidade de produto.

Os sticks geralmente contêm **entre 10g e 20g** e exigem várias passadas no mesmo local para atingir a proteção indicada no rótulo, o que faz com que **acabem mais rápido**.

Em contrapartida, **o bastão é usado principalmente em áreas localizadas** e em reaplicações, o que ajuda a equilibrar o consumo.

Por serem produtos mais concentrados e práticos, **costumam ter preço mais alto**, mas entregam conveniência e precisão.

- São ofertados com valores entre **R\$ 60 e R\$ 130**, mas podem ultrapassar essa quantia em versões com cor ou quando vendidos por marcas com maior investimento em tecnologia

**Sob supervisão de Beto Azambuja*



GZH Faz Parte Do The Trust Project

SAIBA MAIS

Mais sobre:

[guia de compras](#)

PODE INTERESSAR

Oferecido por Taboola

Fábrica de marca determina queima de estoque de tênis famoso, com frete grátis em todo Brasil.

Queima estoque: Tênis a preço de fábrica | Patrocinado

Irmão de Bolsonaro tenta sacar prêmio da Mega da Virada, mas descobre que valor já havia sido resgatado