



Cero residuo: Limpieza de la casa

Descripción

[vc_row][vc_column][vc_column_text]Hoy abrimos un nuevo capítulo sobre el cero residuo: la limpieza de la casa. En promedio, ¡el aire adentro de los edificios está **5 a 10 veces más contaminado que el aire exterior!** Se debe al uso de ciertos materiales de construcción, a la calefacción, al aire acondicionado, pero también a los productos de limpieza que usamos. Además de ser muy tóxicos (como el cloro por ejemplo), muchos productos emiten compuestos volátiles orgánicos que pueden hasta provocar cáncer. Por si fuera poco, muchos de estos productos tienen un sólo uso. Entonces termina resultando en que tenemos una gran cantidad de productos, que son tóxicos, caros y que contaminan tanto el aire que respiramos como el medio ambiente. Ahora, vamos a ver cómo se pueden reemplazar estos detergentes por opciones más duraderas y respetuosas de la naturaleza.[/vc_column_text][vc_single_image image=»3340? img_size=»large» alignment=»center»][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Esponjas y estropajos vegetales

Empezamos con las esponjas o estropajos. Generalmente, cuando se habla de esponjas, a uno le viene directamente a la mente los estropajos sintéticos. ¿Pero cuál es el problema? De hecho, hay varios: no son ni reciclables, ni biodegradables, se suelen fabricar con derivados del petróleo y productos químicos y además son propicios al desarrollo de microbios. Ahora existen varias soluciones para reemplazarlos de manera más cuidadosa del medio ambiente. Yo, personalmente, elegí las **esponjas vegetales de luffa** (ver la foto aquí arriba). La luffa es una especie de calabacín que puedes plantar en tu jardín. Sólo la tienes que hacer crecer, luego la dejas secar y la usas hasta el momento de tirarla... ¡en el compost! Más simple no hay. Si como yo no tienes jardín, también las puedes comprar en tiendas.[/vc_column_text][vc_column][vc_column][vc_column_text]

Limpieza con vinagre blanco (vinagre de alcohol)

El vinagre blanco (o de alcohol) ya era el aliado de la limpieza de la casa tiempos atrás. Es un producto natural y uno de los más económicos. Es desengrasante, desinfectante y anti-microbios: se

puede usar en todo tipo de superficies.

- Mezcla mitad agua y mitad vinagre en un frasco con spray. Puedes usar esta **mezcla multiusos** para limpiar todas las superficies: placa de cocina, mesa, piletta, baño...
- Moja un trapo con una mezcla de vinagre + agua para limpiar **ventanas, espejos y azulejos**.
- El vinagre blanco también es **un anti-cal muy potente**. Permitirá hacer brillar grifos y la mampara de la ducha. Lo uso de forma muy regular para descalcificar el hervidor. Lleno el hervidor con agua y le pongo vinagre (medio vasito). Luego lo dejo reposar así toda la noche. Evita calentar el vinagre puro en tus electrodomésticos, ya que se transforma en un ácido muy fuerte que les puede dañar.
- Es un **muy buen suavizante para la ropa** gracias a sus propiedades descalcificantes y anti-olores. Le pongo una dosis de vinagre en la lavadora (en vez del suavizante) y ¡ya está!

Si el olor del vinagre te molesta, puedes **infusar pieles de limón o de naranja** durante unos 10 días. No temas al color del vinagre después, no manchará la ropa ni las superficies a limpiar.

Bonus: sirve también para calmar picaduras de mosquitos y como **herbicida natural** en el jardín (proporciones: 1/4 de litro de agua con 1/2 litro de vinagre).

[/vc_column_text][vc_single_image image=»3346? img_size=»large» alignment=»center»][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Jabón negro: limpieza natural con buen olor

El jabón negro es un poderoso jabón vegetal, 100% natural, hecho a base de aceite de oliva o de lino. Sustituye sin problemas varios de tus productos de limpieza ya que desengrasa y sana. Se puede encontrar en forma líquida o de pasta, casi siempre en su forma concentrada. De ser tan concentrado, una botella te puede durar meses.

- **Limpieza del suelo:** mezcla 1 a 2 cucharas soperas de jabón negro en un balde de agua. Conviene para todos tipos de suelo (azulejos, cerámica, madera...). Ya que es un producto natural, no hay ningún problema si dejas a tu bebe gatear en el suelo.
- **Limpiador para todas superficies:** sólo tienes que mezclar 2 cucharas soperas de jabón negro en un litro de agua en un frasco con spray.
- El jabón negro siendo muy desengrasante, se puede usar para **lavar los platos, ollas, placa de cocción, horno y mesa**. Poner un poco de jabón en un estropajo, friegas y luego enjuagas bien con agua caliente. Hay que enjuagar bien para evitar tener rastros de jabón.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Bicarbonato sódico: un aliado contra los olores

El bicarbonato sódico es una sustancia biodegradable, comestible y económica que sirve para limpiar muchas superficies, además de tener uso en la cocina y en receta de cosmética casera. Este polvo que tiene mil usos es también un aliado fuerte contra los olores y las manchas.

- Para **eliminar buena parte de los pesticidas de las frutas y verduras**, diluye 2 cucharas

soperas de bicarbonato sódico en un cubo de agua. Dejar las frutas y verduras en remojo durante 15 min. Luego, enjuagar con agua.

- **Elimina los malos olores** con un poco de bicarbonato sódico. Espolvoréalo un poco en el fondo del cubo de basura o déjalo en un recipiente pequeño en la nevera. También lo puedes espolvorear en tus zapatos.
- Úsalo para limpiar **las tablas de cortar de madera**. Espolvoréalo, deja actuar 5 min y friega con medio limón. La tabla quedará como nueva, y sin olores.
- Lo puedes usar también para limpiar **el fondo quemado de las ollas**. Mezcla bicarbonato con un poco de agua caliente. Deja actuar media hora y friegas. De esta manera, será más fácil eliminar lo quemado.
- El bicarbonato sódico también sirve para **limpiar eficientemente peines y cepillos para el pelo**. Diluye 2 a 3 cucharas soperas de bicarbonato en un litro de agua, pon a remojar toda la noche. Luego enjuagas y secas.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Limpeza cero residuo con los posos del café

Ya hemos hablado de muchas formas de usar los posos del café en este artículo: [10 maneras de usar los posos del café](#). No hay más económico que los posos del café, que generalmente terminan en la basura o en el compost. Ya que estamos, ¿Por qué no darle una segunda vida? Volvamos al tema y hablemos de limpieza.

- Los posos del café son mi favorito nº1 para **limpiar y evitar que las cañerías se atasquen**. Pon 1 a 2 cucharas soperas en la pileta de la cocina y del baño cada semana, y las tuberías quedarán limpias y sin olores.
- **Elimina naturalmente los olores** gracias a sus propiedades absorbentes. Puedes colocar un poco de los posos en el fondo de la basura, en un recipiente en la nevera o en lugares donde suelen nacer malos olores (lavadero...). Es muy útil también para **lavarse las manos** después de haber cortado ajo y cebolla. Además, ¡disfrutarás de una muy buena exfoliación de tu piel!
- Tiene propiedades muy desengrasantes, lo que le da utilidad para lavar la cocina y los sartenes. Sólo basta con añadir un poco de posos del café en el estropajo y fregar la superficie a desengrasar. Lo suelo usar también para limpiar la pileta de la cocina, que termina como nueva. Cuidado, no hay que usar posos de café en superficies porosas, ya que colorea naturalmente este tipo de superficies.[vc_column_text][vc_single_image image=»3344? img_size=»large» alignment=»center»][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Jabones vegetales: de Marsella, de Castilla y de Aleppo

Los jabones de Marsella, de Castilla y de Aleppo son todos **jabones elaborados con aceites vegetales**. ¿Cuál es la diferencia? Además de su lugar de origen (como lo indican sus nombre respectivos), el jabón de Aleppo tiene un proceso de saponificación en frío, mientras que los otros tienen este proceso en calor. En el primer caso, el jabón está hecho «sin cocción». En el segundo, los ingredientes están sometidos a una cocción. Los jabones de Marsella y de Castilla se elaboran con aceite de oliva (por lo menos 70%). El jabón de Aleppo, que se conoce también como el jabón más viejo del mundo, está compuesto por aceite de oliva y de bayas de laurel. Los de Castilla y de Aleppo

se pueden encontrar en forma sólida o líquida. ¿Cómo usarlos para limpiar la casa?

- Para **lavar los platos**: diluye 1 medida de jabón en 10 medidas de agua. O también sólo basta con poner el jabón sólido al lado del fregadero y frotar en el estropajo. Cuidado, no hay que poner mucho porque si pones demasiado jabón, dejará rastros en la vajilla.
- Estos tres jabones también se pueden usar en forma diluida para **lavar el suelo** (azulejos, madera...) ¡y también como **detergente para la ropa**!

Personalmente, uso mucho estos productos para limpiar la casa. Uso principalmente los posos del café, el jabón negro y el vinagre blanco. Hace meses que no compro más productos químicos industriales, y la casa queda súper limpia igual. En cuanto al lavado de los platos con jabón (de Marsella en mi caso), me encantó la idea, pero no me terminó de convencer en la práctica. Nunca pude tener mis vasos sin rastros de jabón. Entonces, he decidido cambiar y comprar detergente a granel, ¡y así me encanta!

No olvides que el cambio hacia **el cero residuo es una transición** durante la cual vas buscando y probando nuevas soluciones. Es a prueba de error. Terminas adoptando (o no) estas medidas, pero lo esencial es intentarlo y encontrar tu mejor forma de hacerlo. Y sobre todo, no tiene que ser considerado como una restricción. Estoy profundamente convencida de que cada pequeño gesto suma, aunque parezca mínimo.

Para leer más trucos y consejos

Grid of 4 items showing filter and category information.

CATEGORY

1. Cero residuo
2. Trucos y consejos

POST TAG

1. limpieza

Categoría

1. Cero residuo
2. Trucos y consejos

Etiquetas

1. limpieza

Fecha de creación

15/07/2020

Autor
admin

default watermark