



Limpieza “Verde”

Los fuertes olores de los limpiadores pueden causar brotes de asma. Los químicos usados en los limpiadores también pueden ser tóxicos para todos, no únicamente para los niños con asma. Las recetas que le brindamos a continuación son saludables para la limpieza y cuestan menos.

Recuerde limpiar cuando los niños no estén presentes, ventile, nunca mezcle los limpiadores y enjuague bien

Limpieza a fondo con vinagre

Receta básica:

Llene 1/2 botella rociadora con vinagre.
Llene el resto de la botella rociadora con agua.
Añada jugo de limón u otros aceites esenciales para aromatizar.

La limpieza se incrementa si se rocía agua oxigenada (peróxido de hidrógeno) directamente en cualquier superficie después de rociar el vinagre.

Use este rocío de vinagre para limpiar:

- Las superficies, barras y electrodomésticos de la cocina.
- Cuchillos y tablas para cortar.
- Pisos—el vinagre es bueno para la madera.
- Superficies e instalaciones del baño.
- Ventanas, vidrios y espejos.



Ventanas, vidrios y espejos

- Rocíelo,
- Friegue con el estropajo de un limpiavidrios
- Remoje
- Jale con el limpiavidrios hacia una esquina y seque con un paño.

Después de cambiar de un limpiador comercial, añada ½ cucharadita de jabón líquido.

Pisos

- Rocíe el piso.
- Limpie.
- No enjuague.

Añada una cucharada de jabón de glicerina (o jabón para trastes líquido) para los pisos más sucios, pero necesitará enjuagarlos.

Limpie con bicarbonato de sodio

Receta básica:

16 oz de bicarbonato de sodio.
4 cucharadas de jabón líquido.
1 taza de agua tibia.

Use la mezcla de bicarbonato de sodio para limpiar:

- Residuos del jabón en lavabos o fregaderos y bañeras del baño.
- Inodoros.
- Residuos minerales alrededor de las llaves del agua.
- Mosaicos y juntas de mortero (lechada).



M. Tsutsumi

Moho

Receta básica de bicarbonato de sodio, más 2-3 gotas de aceite de árbol de té.

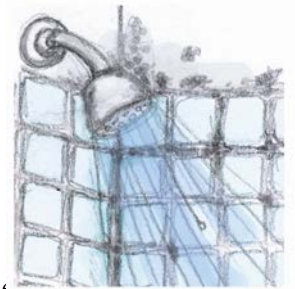
- Aplique la pasta al moho
- Friegue o talle.
- Déjelo actuar por 30 minutos o durante la noche
- Enjuague.

Prosiga con el rocío de agua oxigenada (peróxido de hidrógeno)

Moho problemático

El moho muy extendido puede destruir los materiales de construcción. Use partes iguales de agua y blanqueador. Ejemplo: 1 galón de cloro mas 1 galón de agua.

- Aplíquelo en el área a limpiar.
- Friegue.
- Enjuague para limpiar.
- Use una mascarilla.
- Abra las ventanas.
- Encienda un ventilador.



N. Schimel

CLEAN “GREEN”

Labores especiales de limpieza

Horno

- Espolvoree el bicarbonato de sodio para cubrir toda la suciedad.
- Rocíe con agua hasta que esté muy húmedo.
- Vuelva a mojar ocasionalmente con el rocío de vinagre.
- Déjelo actuar durante la noche.
- Por la mañana, límpielo.



Para pisos de linóleo encerados.

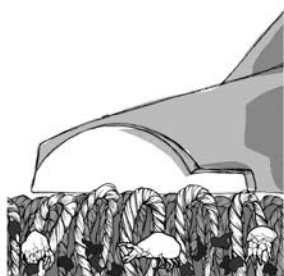
1/4 taza de carbonato de sodio.

1 galón de agua tibia.

- Use guantes.
- Friegue (talle) el piso con la receta
- Enjuague bien
- Cuando se seque vuelva a aplicar el pulidor para el piso de linóleo.

Alfombras

- Espolvoree bicarbonato de sodio (para remover olores muy fuertes use Borax) en la alfombra.
- Espere 30 minutos.
- Aspire.



Limpieza con vapor

por lo menos una vez al año

Rente una máquina lava alfombras.

1/8 taza de jabón líquido.

2 galones de agua caliente,

Hasta 2 tazas de bicarbonato de sodio (o Borax) por cada galón.

Cortina de la ducha o regadera (limpia la lavadora también)

1 taza de vinagre.

1/4 a 1/2 media taza de detergente para ropa.

- Ponga la cortina y bastantes toallas viejas en la lavadora.
- Añada la mezcla.
- Póngalo en el ciclo de agua tibia y complete el ciclo de enjuague.
- Cuélguela en la barra o el cortinero para secar.

Manchas de óxido

1 cucharada crémor tártaro (bitartato de potasio).

Añada suficiente agua oxigenada (peróxido de hidrógeno) para hacer una pasta.

- Aplique la pasta a la mancha.
- Déjela actuar por varias horas.
- Límpielo.

References

Cobb, L. (1998). Talking dirty with the queen of clean. New York, NY: Pocket Books.

Hollendar, J., Davis G., Hollendar, M., & Doyle, R. (2005). Naturally Clean: The seventh generation guide to safe & healthy, non-toxic cleaning. British Columbia, Canada: New Society Publishers.

Lista de compras

Equipo

- Balde.
- Guantes.
- Trapo.
- Cepillo suave.
- Botella rociadora.
- Rastrillo limpiavidrios.

Ingredientes

- Bicarbonato de sodio.
- Borax.
- Crémor tártaro (bitartato de potasio).
- Glicerina.
- Agua oxigenada (peróxido de hidrógeno).
- Detergente para ropa.
- Jugo de limón.
- Limón.
- Jabón líquido.
- Sal.
- Aceite de árbol del té.
- Vinagre.
- Carbonato de sodio.