



Productos alternativos de limpieza

Los productos comerciales de limpieza pueden contener químicos potencialmente dañinos. ¡Aquí hay algunos alternativos que se puede hacer!*

* Mientras es importante saber los contenidos de los productos que se usa, los productos naturales no siempre sean más saludables que los químicos artificiales. Siempre mantengan a los productos de limpieza fuera del alcance de los niños y mascotas.

Limpiador de vidrios

Ingredientes:

- 1/4 taza vinagre
- 1/4 taza alcohol desinfectante
- 1 cucharada maicena
- 2 tazas agua

Direcciones:

1. Combine los ingredientes en un atomizador y agite.
2. Rocíe las ventanas y espejos sucios.
3. Límpelos con un periódico o una escobilla de goma.



Limpiador de manchas de alfombra:

Ingredientes:

- 1/2 taza de jabón líquido de Castilla
- 1 taza de agua

Direcciones:

1. Mezcle el jabón de Castilla con el agua y agréguelo a su bomba de jabón.
2. Puede agregar 10 gotas de aceite esencial de su elección para un aroma o dejar sin perfume.



Limpiador de moho/lechada:

Ingredientes:

- 1/2 taza de peróxido de hidrógeno
- 1/2 taza de agua

Direcciones:

1. Mezcle peróxido de hidrógeno y agua en una atomizador.
2. Rocíe sobre el moho / lechada y déjelo reposar durante 45 minutos antes de limpiar con una esponja y enjuagar con agua tibia.



Exfoliante de encimera:

Ingredientes:

- 2 cucharadas de bicarbonato de sodio
- 2 cucharadas de agua

Direcciones:

1. Espolvorea bicarbonato de sodio sobre la encimera. Sumerja o rocíe un cepillo de dientes viejo, una esponja o un trapo con agua y use para fregar la encimera.
2. ¡Asegúrese de eliminar cualquier residuo!



Abrillantador de lavavajillas

Ingredientes:

- 1 taza de vinagre blanco

Direcciones:

1. Ponga el vinagre en un vaso en la rejilla superior o pongalo en el fondo de la lavavajillas durante el ciclo de enjuague.

También se puede usar una mezcla de partes iguales de vinagre y agua en un atomizador para quitar los residuos de jabón y agua dura (y mucho más!).



Ambientador de canela:

Ingredientes:

- 1 cucharadita de canela
- 1 taza de agua

Direcciones:

1. Cocine a fuego lento con canela en una olla pequeña.
2. Puede colocar la mezcla en un difusor, en un área central de su hogar.



Detergente de Lavandería

Ingredientes:

- 14 tazas agua caliente
- 1 taza bicarbonato de sodio
- 1/2 taza sal
- 1 taza jabón de Castilla natural
- 30 gotas de aceite esencial de lavanda (opcional)

Direcciones:

1. Combine el agua, bicarbonato de sodio, y la sal. Mezcle hasta que todo se desuelve y viértela en una jarra.
2. Agregue el jabón y aceite esencial. Mezcle suavemente.
3. Para usar, agite la jarra para que se mezcle y ponga 1/2 taza en la lavadora mientras se llene, o póngalo en el recipiente de jabón. (Se nota que esta receta sólo se probó en una lavadora HE de carga superior).



Jabón para platos:

Ingredientes:

- 1 1/4 taza de agua hirviendo
- 1 barra de jabón de Castilla natural
- 1/4 taza de jabón líquido de Castilla
- 1 cucharada de bicarbonato de sodio
- 20 gotas de aceite esencial de naranja (o su preferencia)

Direcciones:

1. Ralle la barra de jabón hasta que tenga una 1/4 de taza apretada.
2. Combine el jabón rallado y el agua hirviendo. Revuelva hasta que se disuelva.
3. Agregue bicarbonato de sodio y revuelva.
4. Agregue jabón de Castilla y revuelva.
5. Dejar enfriar y luego agregar el aceite esencial. Siéntase libre de sustituir su aroma favorito o dejarlo sin perfume.
6. Almacenar en una botella de jabón.
7. Agite la mezcla antes de usar.



Aerosol de limpieza:

Ingredientes:

- 1 taza de agua
- 1 taza de vinagre blanco

Direcciones:

1. Agregue los ingredientes en un atomizador y agite.
2. Agregue unas gotas de su aceite esencial favorito a la botella, pero si no tiene ninguno, el olor a vinagre desaparecerá una vez que el vinagre se evapore.
3. Úselo para limpiar encimeras, mesas, lavabos, inodoros, etc.



Recursos:



Para obtener más información sobre los productos químicos / productos que afectan a su salud, visite este código QR o el siguiente enlace:
<https://emoryhercules.com/community/community-resources/hercules-research-translations/>

La mayoría de estas recetas fueron adaptadas de "Natural Goddess DIY Homemade Green Beauty"



Para encontrar recetas similares, descargue su aplicación usando este código QR o el siguiente enlace:
<https://apps.apple.com/us/app/natural-goddess-diy-homemade-green-beauty-home-cleaning/id732221340>



Aprendiendo como exposiciones ambientales afectan a la salud y bienestar de la comunidad.

<https://emoryhercules.com/>



EMORY
UNIVERSITY