



## LA LIMPIEZA DEL HOGAR NO ES UN JUEGO DE NIÑOS

Texto:  
Ester Bueno González

Podemos animar a nuestros conocidos a usar menos el coche y elegir el transporte público, a andar más, porque es bueno para la salud, a que lleven

mente limpios o terriblemente sucios según la idea de limpieza de quien los mire.

Los tiempos en que la lejía era la reina de la limpieza y la

te utilizar lejía (la detectamos en las etiquetas con el nombre de hipoclorito sódico) es considerada por muchos, un pecado contra la ecología y la salud, aunque



el papel y el vidrio usado a los contenedores para reciclar. Pero, ¿alguien puede decir a otra persona que limpie menos? Cada uno tenemos un concepto de la limpieza diferente. Un mismo suelo, o un cuarto de baño con un poco de polvo, parecen total-

desinfección han pasado a la historia. Todos recordamos cómo nuestras madres la echaban a chorros para limpiar lo que fuera, incluso la verdura, a pesar de que las manos se resintiera o que la nariz y los ojos se quejaran de que algo no iba bien. Actualmen-

algunos productos la continúan incluyendo. Los vapores que desprende provocan irritación en los ojos y en el sistema respiratorio y resulta tóxica para la vida acuática. Si se mezcla con limpiadores como el amoníaco, desprende un gas nocivo. Las lejías pueden lle-

gar a producir organoclorados tóxicos, mientras que otros productos agresivos, como determinados limpiadores de baño, horno, desinfectantes, abrillantadores y aquellos que contienen disoluciones amoniacales, eliminan las bacterias del agua, tan necesarias para su correcta depuración. Las pinturas, barnices, disolventes y aceites, arrojados por los desagües producen también daños a la vida acuática.

Los fabricantes se esfuerzan en elaborar productos de colores atractivos e, incluso, con olor a flores. ¿Pero, podemos confiar en que sus ingredientes sean igual de agradables para el entorno?

*Respetuoso con el medio ambiente, Amigo del Ozono, Ecológico, Biodegradable, No contiene fosfatos, Tensioactivos no iónicos...* Estas y otras definiciones inundan los envases de los productos para la limpieza del hogar. Limpiadores en general, abrillantadores, lavavajillas, desinfectantes del WC, limpiasuelos o limpiacristales intentan colarse por los ojos de las amas y amos de casa como los más verdes. Los fabricantes invierten cada vez más tiempo y dinero en superar sus deficiencias medioambientales. A pesar de todo, la elección de productos limpiadores del hogar sigue estando alejada de criterios ambientales. "Elijo el que cueste más barato", "que no sea caro y huela bien", "que limpie bien pero que también deje un buen olor en casa" o "que con poca cantidad me sirva para muchas veces" son algunas de las respuestas más comunes. Aún son minoría las personas sensibles a la publicidad más o menos ecológica de algunos productos y un número aún menor, pero que crece poco a poco, se molesta en leer las efectivas cualidades ambientales expuestas en el envase.

En la actualidad existen más de 60.000 productos quí-

## PRODUCTOS CONCENTRADOS: MÁS POR MENOS

La concentración de estos productos en envases más pequeños pero que mantienen el mismo poder limpiador, es una buena medida para ahorrar materiales en el envasado y energía en la producción y transporte. Aunque los primeros productos en incorporar esta innovación fueron los detergentes y suavizantes, algunos limpiadores líquidos, han apostado por esta fórmula. En Procter & Gamble esta experiencia la llamaron "Más por menos". Los envases rellenables son otra apuesta interesante que permite reutilizar siempre la primera botella que compramos.

micos y materiales sintéticos. En realidad, algunos armarios destinados a guardar productos de limpieza podrían competir con los más sofisticados laboratorios del siglo dieciocho.

Según un estudio de Dolores Romano, patrocinado por el Programa de Economía Familiar de la Fundación Argentaria, el consumo de artículos de limpieza en nuestro país, sin contar higiene personal, ascendería a unos 29 Kg. por persona y año. El consumo de lejías sería algo inferior a 11 Kg. por persona y año.

Sin embargo, el uso de determinados productos catalogados por la normativa ambiental vigente en la Unión Europea

como sustancias peligrosas puede hacer que la supuesta limpieza se transforme en suciedad y daños ambientales cuando dichas sustancias "salen" de los hogares a través de las tuberías, el cubo de la basura o el aire pasando a ser elementos líquidos, sólidos o gaseosos poco limpios para el hogar de todos: el planeta.

Cada vez se insiste más en reclamos como "desinfección total", o "poder bactericida". Aunque en algunos lugares es necesario conseguir ese grado de limpieza para evitar infecciones, un hogar o una oficina no necesitan llegar a esos extremos. En realidad, el ser humano ha convivido con las bacterias durante toda su historia y su presencia, en baja proporción, ha contribuido a crear un sistema inmunológico fuerte y eficaz.

Afortunadamente se puede limpiar con productos que apenas generan impactos en el medio y ayudan a controlar la suciedad y los agentes infecciosos. Son los conocidos **limpiadores ecológicos**, productos que contienen sustancias naturales y poseen propiedades desinfectantes, insecticidas, abrillantadoras, etc. Prácticamente nadie discute la bondad ambiental de los limpiadores "ecológicos", pero muchas personas piensan que siempre son más caros que los limpiadores convencionales. Aunque algunos productos ecológicos de limpieza puedan resultar más caros debido a las materias primas que utilizan o al proceso de comercialización, muchos limpiadores ecológicos son muy baratos, se pueden adquirir a granel o preparar en casa fácilmente.

Si un limpiador ecológico usa como principio activo el ácido cítrico, el limpiador será igual de eficaz, independientemente de su marca, siempre que tenga la misma concentración y componentes activos. La forma del envase, el colorante o el aroma que le hayan añadido para



hacerle más atractivo, no influirá en su eficacia limpiadora.

Tan importante como el tipo de ingredientes del limpiador es el uso que hagamos de él. Que una sustancia resulte inocua o tóxica puede depender de la dosis que echemos en el agua. La tendencia general suele ser "cuanto más mejor porque limpiará más", pero lo adecuado sería respetar las recomendaciones de los fabricantes y elegir productos concentrados que especifiquen una dosis mínima por cantidad de agua.

Es difícil encontrar en el mercado un limpiador absolutamente inocuo para el entorno. Aun así, son ya mayoría los que utilizan en sus fórmulas ingredientes de última generación, menos perjudiciales, basados, por ejemplo, en los azúcares del aceite de coco, de palma o de oliva, que son completamente biodegradables y pierden su toxicidad en un plazo de tres a cinco días. Sean de origen vegetal o petroquímico, los productos de limpieza no sólo inciden sobre el medio ambiente sino que pueden afectar directamente al usuario. Su capacidad para disgregar la suciedad grasa actúa también sobre la grasa de las células de la piel. Los resultados pueden ser eccemas, enrojecimientos, pústulas y cortes en las yemas de los dedos en las personas muy sensibles.

Reducir el contenido de nuestro armario de limpieza a los productos realmente imprescindibles nos permitirá ahorrar bastante dinero. El coste total de los productos presentes en un armario de limpieza, puede ascender fácilmente a los 200 euros al año. Con las alternativas sencillas que sugerimos, el coste se puede reducir a apenas 50 euros.

¿Es necesario que cada rincón de nuestra casa disponga de un producto distinto para su limpieza? En algunos hogares se pueden encontrar hasta quince conglomerados químicos diferentes: lavavajillas, limpia-cristales, productos especiales para limpiar alfombras, para azulejos y las temibles pastillas antipolillas que se colocan en los roperos. Lo primero que hay que preguntarse es si necesitamos realmente ese limpiador en concreto o, por lo es-

porádico de su uso, se puede utilizar un remedio casero o un limpiador general. Por ejemplo, el paradiclo-robenceno que contienen los antipolillas de toda la vida puede resultar altamente tóxico y que unas simples ramas de lavanda pueden hacer el mismo servicio.

Otro tipo de beneficio de una gestión adecuada del armario de limpieza, es la reducción del riesgo de intoxicación. Se trata de un beneficio difícil de valorar en dinero, pero muy real. Hay que tener en cuenta que los productos de limpieza ya han sustituido a los medicamentos como la primera causa de intoxicación infantil.

## ¿Por dónde podemos empezar?

**1. Abrir el armario donde guardamos los productos de limpieza y mantenimiento. Encontraremos dos tipos de productos:**

- Aquellos que usamos corrientemente.
- Aquellos que compramos hace muchos meses (o años) con algún propósito especial, y no hemos vuelto a usar desde entonces. Se pueden llevar a un centro de entrega de residuos especiales (punto limpio) o solicitar información en nuestro ayuntamiento.

**2. A continuación, prestaremos atención a los productos que quedan:**

- Utilizar lo que queda: debemos hacerlo reduciendo la dosis empleada corrientemente, siempre que sea posible.
- Plantear alternativas: aquí podemos encontrar algunas sugerencias para la elaboración de productos de limpieza menos agresivos pero también eficaces.
- Sustituir la química por la física siempre que sea posible: por ejemplo, para acabar con los atascos de los desagües, muchas veces basta con un desatascador de goma bien manejado.

**3. Utilizar la prevención para el control de insectos, en lugar de la "guerra química":** por ejemplo, guardar la comida en botes herméticos e impedir la dispersión de migajas, evita la proliferación

## PARA SABER MÁS.

- [www.vidasostenible.com](http://www.vidasostenible.com)



- Instituto Nacional de Toxicología  
[www.mju.es/toxicología](http://www.mju.es/toxicología).

Información sobre productos de limpieza de uso doméstico y medidas de actuación en caso de accidente.

Los hábitos saludables, sostenibles en la limpieza doméstica. Cuaderno nº12. Ambiges S.L. Ed. Caja España 2001.





## REMEDIOS CASEROS

Cualquiera puede fabricar en su propia casa productos de limpieza bastantes eficaces y prácticamente inocuos para el medio ambiente. La mayoría de estos productos están basados en combinaciones de vinagre, alcohol, limón, bicarbonato, perborato y jabón corriente.

- Un chorro de vinagre diluido en el agua de fregar suelos es especialmente adecuado para los pavimentos de madera. El vinagre funciona como desinfectante por su contenido en ácido acético, es un excelente desengrasador de vajillas dándoles, además, el brillo perdido y resulta ideal para la limpieza de los cristales. Para quitar la cal del inodoro, lavabo y baño, utilice vinagre en lugar de lejía.

- La mixtura de agua con un poco de alcohol y jabón es un limpiador universal de fabricación casera de excelentes resultados.

- Los azulejos pueden quedar muy limpios empleando estropajo y agua con perborato (este producto se usaba antaño como dentífrico, por su poder limpiador y blanqueante). El bicarbonato tiene un efecto similar. Por casi todos es sabido que colocando un plato con esta sustancia en un frigorífico, se eliminan los malos olores de su interior. La misma eficacia se produce si se echa en los desagües del baño o la cocina. Es un excelente limpiador de plata. Además, el bicarbonato puede emplearse como limpiahornos. Si por cualquier circunstancia se ha derramado algo de grasa o caldo en el interior del horno, eche sal sobre la mancha cuando aún esté caliente, así será más fácil limpiarlo después.

- La mayoría de los muebles no necesitan ningún producto especial: basta con frotarlos con un paño húmedo. Pero, el limón, en concreto su zumo, mezclado con el doble de aceite, consigue ser un excelente abrillantador de muebles. También la corteza seca evita la aparición de polillas.

- Los limpiacristales comerciales se pueden sustituir por una mezcla de agua con un poco de alcohol y jabón. En muchos casos basta con papel de periódico mojado en agua y un poco de energía.

- Si realmente necesita que sus pavimentos brillen, puede probar con cera de abeja para los suelos de madera y con aceite de linaza para los terrazos o ladrillo. La cera de abeja también es un buen producto para dar brillo a los muebles de madera.

Una opción alternativa a los insecticidas, más natural, ecológica y decorativa, es tener plantas, como albahaca o lavanda, que con su olor ahuyentan a las moscas.

de insectos. En todo caso, debemos considerar a éstos y otros animalillos no como amenazas mortíferas, sino como pequeños compañeros de casa que apenas molestan si tomamos algunas precauciones.

**4. Comprar aquellos productos que ostenten una etiqueta ecológica adjudicada por un organismo competente.** La UE ha adoptado desde 1992 la medida comunitaria para la concesión de ecoetiquetas de carácter voluntario, con el objetivo de promover los productos que tuvieran un efecto ambiental reducido durante todo su ciclo de vida y proporcionar a los consumidores información exacta, no engañosa y con base científica sobre la repercusión ambiental de dichos productos.

**5. Elegir los que tengan la menor cantidad posible de símbolos que indican riesgo para las personas o el medio ambiente: (corrosivo, inflamable, tóxico, etc)** Existe incluso un símbolo especial que identifica productos “peligrosos” para el medio ambiente. Complementa las etiquetas clásicas de explosivos, inflamables, tóxicos, nocivos, irritantes y corrosivos. Se debe colocar en “Productos que presentan o pueden presentar un peligro inmediato o futuro para uno o más componentes del medio ambiente”.

**6. Puede ser interesante probar alguno de los productos de limpieza o bricolaje que se anuncian como ecológicos.** Existen ya en buen número en las estanterías de los supermercados. Suelen llevar mensajes del estilo “sin componentes tóxicos”, “ecológico”, “verde”, etc. Conviene leer atentamente la etiqueta antes de comprar, y así averiguar en qué se basa el fabricante para afirmar que son menos nocivos para el medio ambiente.

**7. Por último, podemos probar con artilugios que sustituyen la química por fibras especiales o vapor a presión.** Es el caso de la famosa “bayeta ecológica”, que se utiliza sin jabón, o de la amplia gama de limpiadores domésticos por vapor a presión. 🐞