

OFICINA 3: PRODUTOS DE LIMPEZA

RECEITAS/ INSTRUÇÕES

Data e local: 06/05/17, Centro de Juventude de Foz do Iguaçu.

Realização: Observatório Ambiental/ UNILA.

Objetivos: As dicas de produtos de limpeza que experimentaremos hoje tem como objetivos em comum ajudar o participante a:

- conhecer os benefícios dos produtos naturais para a limpeza da casa;
- aprender as receitas e os cuidados com os ingredientes;
- aumentar as oportunidades de conviver com amigos e familiares, fazendo coisas juntos e cuidando uns dos outros;
- ampliar a possibilidade de fazer escolhas saudáveis;
- reconhecer os riscos para a saúde e meio ambiente ocasionados pelos conservantes químicos dos produtos de limpeza.

As receitas deste terceiro encontro serão: amaciante, sabão líquido para lavar roupas, desinfetante para banheiros, detergente para louças, e desinfetante multiuso.

Por que contribui com a campanha Lixo Zero?

Quando você faz os seus produtos, diminui o número de embalagens descartadas. E se você der preferência ao vidro para o armazenamento, a embalagem poderá ser reaproveitada mais vezes, diminuindo ainda mais o lixo.

Por que é melhor pra sua saúde?

Os produtos de limpeza feitos com conservantes químicos derivados da indústria do petróleo podem causar danos neurológicos e respiratórios. O corante e a essência podem causar alergias.

Estas receitas são limpas, não contém produtos tóxicos, nem para você, nem para o restante do ambiente (a água, o ar, o solo, os outros seres que vivem em todos esses meios...). Por isso, também diminui o lixo: no seu corpo e no mundo.

Por que é melhor para o ambiente?

Como grande parte dos produtos químicos industriais contém ativos dos restos do refino do petróleo ficamos expostos à substâncias que contaminam os solos e a água, pois eles não são biodegradáveis.

1- Amaciante

Opção simples e barata: Vinagre branco na proporção de 200 ml do líquido para um tanque de 10 kg. **Ou se você ainda não abre mão do cheirinho...**

Opção 2:

Materiais necessários:

1 sabonete de glicerina vegetal, da sua preferência

2 colheres de sopa de leite de rosas

4 colheres de sopa de glicerina vegetal

Se quiser cheirinho agradável adicione 20 gotas de óleo essencial da sua preferência

Como fazer:

Ferva um litro de água com o sabonete picado, misture 4 litros de água fria, adicione a glicerina e o leite de rosas, mexa e armazene em local fresco e arejado.

Vantagens: é fácil e rápido de fazer, barato e saudável.

Por que é mais barato?

O leite de rosas custa em torno de R\$ 3,00.

A glicerina vegetal em torno de R\$ 1,99.

O sabonete de glicerina custa entre R\$1,30 e R\$1,50. **MAS atenção! Glicerina vegetal é diferente de glicerina derivada do petróleo. Verifique se o sabão que você está comprando é de glicerina VEGETAL.**

Com menos de R\$ 8,00 você fabrica 5 litros de amaciante já na primeira receita. Mas ainda vai sobrar um montão de leite de rosas e de glicerina vegetal, que você poderá usar em pelo menos mais 5 receitas. Nessas novas produções você só gastará com o sabonete, isto é, cada nova receita custará apenas R\$1,30.

Portanto, é mais barato porque:

- você pode fazer várias receitas (com R\$14,50 você terá feito 25 litros);
- não utiliza os conservantes químicos industrializados (caros!) e aí você também economiza em gastos com a recuperação da saúde (médico, remédios, exames...);
- não contamina o ambiente e aí você economiza em gastos com a saúde e em gastos com impostos que seriam utilizados para descontaminar o ambiente.

Por que é melhor pra sua saúde?

O amaciante químico vendidos em supermercados contêm amoníaco, substância que libera o gás de amônia quando aquecida, podendo até causar irritações nos olhos e na pele e desencadear problemas no sistema respiratório.

2- Sabão líquido para lavar roupas

(receita do site *Um ano sem lixo*)

Materiais necessários:

1 barra de sabão de coco (cerca de 200g)
50ml de álcool
3 colheres de sopa de bicarbonato de sódio
5 a 10ml de óleo essencial de sua escolha
3 litros de água

Como fazer:

Ferva um litro de água com o sabão ralado. Coloque o álcool e o bicarbonato de sódio. Mexa. Desligue o fogo e deixe descansar. Depois armazene em local fresco e arejado.

Por que é mais barato?

- O sabão de coco custa em torno de R\$2,00.
- O álcool custa perto de R\$ 4,50.
- O bicarbonato custa R\$0,60.

Com menos de 8,00 você fabrica 3 litros de sabão líquido na primeira receita. Para as próximas produções você só gastará com o sabão de coco.

3- Multiuso

Materiais necessários:

Pedaços de cascas de laranja ou limão
250ml (quantidade igual a um copo de requeijão) de vinagre branco
250ml Água
Algumas gotas de óleo essencial a seu gosto

Como fazer:

Coloque em um recipiente de vidro as cascas e o Vinagre, feche e deixe descansar por no mínimo 7 dias, eu recomendo deixar duas semanas. Filtrar o líquido retirando as cascas e impurezas, coloque ele em uma garrafa de pulverizador reciclado pela metade e complete a outra metade com água.

Por que é mais barato?

O vinagre branco custa em torno de R\$1,30 a R\$2,00 o pote de 01 litro, mas você pode comprar um galão maior para diminuir o uso de descartáveis e o preço. É mais barato porque não utiliza os conservantes químicos industriais.

Saiba mais!

Cristal Muniz e o os três essenciais para uma casa natural, parte 1: limpando com vinagre
<http://www.umanosemlixo.com/2015/01/os-tres-essenciais-para-uma-casa.html>

Kit de limpeza caseiro sem produtos químicos ou tóxicos

http://ciclovivo.com.br/noticia/kit_de_limpeza_caseiro_sem_produtos_quimicos_ou_toxicos/

Conheça sete ingredientes simples que formam potentes produtos de limpeza caseiro

<http://www.ecycle.com.br/component/content/article/67/1835-conheca-sete-ingredientes-simples-que-formam-potentes-produtos-de-limpeza-caseiros.html>

Como fazer produtos para limpeza (sustentável) da cozinha

<https://www.greenme.com.br/como-fazer/735-como-fazer-produtos-para-a-limpeza-sustentavel-da-cozinha>

Receitas de produto de limpeza ecológicos e dicas práticas de casa e cozinha

<http://comvipraecologia.blogspot.com.br/>

Os melhores produtos naturais para limpar a casa

<https://melhorcomsaude.com/os-melhores-produtos-naturais-para-limpar-casa/>

4. Desinfetante para banheiro

Materiais necessários:

- 1 litro de álcool (de preferência 70°);
- 4 litros de água;
- 1 sabão caseiro;
- folhas de eucalipto.

Como fazer:

Deixe as folhas de eucalipto de molho no álcool por dois dias. Ferva 1 litro de água com o sabão ralado, até dissolver. Junte a água e a essência de eucalipto e engarrafe.

5- Detergente ecológico para louça

Materiais necessários:

- 1 pedaço de sabão de coco neutro;
- 2 limões;
- 4 colheres de sopa de amoníaco (que é biodegradável).

Como fazer:

Derreta o sabão de coco, picado ou ralado, em um litro de água. Depois, acrescente cinco litros de água fria. Em seguida, esprema os limões. Por último, despeje o amoníaco e

misture bem. Guarde o produto resultante em garrafas e utilize-o no lugar dos similares comerciais.

Vantagens: você obterá seis (06) litros de detergente (que limpa, não polui e cujo valor econômico é incomparavelmente menor do que o do similar industrializado).

DICAS GERAIS

Algumas coisas funcionam como coringas da limpeza. Ou seja, servem pra quase tudo e por isso vale a pena ter sempre em casa. Fique esperta(o)!

Sal

O sal de cozinha possui grande concentração de bicarbonato de sódio e por isso pode ser utilizado para a limpeza como substituto de produtos químicos industrializados. Veja só:

- Misture uma colher de sopa de sal (ou bicarbonato) ao suco de um limão e utilize a mistura para **limpar as bocas do fogão**.
- Para retirar restos de **comida grudada do fundo da panela**, encha-a de água e espere esquentar, em seguida adicione duas colheres de sopa de sal e deixe agir por alguns minutos.
- Se a **comida queimou na panela**, encha-a de água, coloque uma cebola sem casca e leve ao fogo para ferver.

Sabão de coco

O sabão de coco já é um produto natural e pode ser usado para lavar a maioria das coisas. Para facilitar o uso pode-se dissolvê-lo em água quente.

Onde usar: **Piso de cerâmica** (se estiver muito sujo utilizar a receita do detergente natural).

Vinagre branco

Outro produto natural e que ajuda na limpeza de muitos tipos de produtos e superfícies.

Vinagre e água morna

- Utilize os produtos em partes iguais para a **limpeza de paredes**.
- Dois terços de água para um terço de vinagre é uma ótima solução para retirar **odores de fezes e urina de animais**. Logo após aplicar a mistura jogue um pouco de vinagre puro e deixe secar naturalmente.
- Para retirar **mofo do rejunte de azulejos**, esfregue-os com vinagre puro e deixe. Após duas horas lave o local com água e sabão.
- Faça uma mistura com partes iguais de vinagre e água e com borrifador aplique-a sobre **manchas nas roupas** antes de colocá-las na máquina de lavar.
- Para retirar resíduos de **alimentos queimados de panelas**, ferva água com um pouco de vinagre (aproximadamente quatro colheres de sopa) na panela e depois lave-a normalmente.

- **Copos brilhando** apenas deixando-os de molho em uma bacia com água e gotas de vinagre.
- Três colheres de vinagre em um litro de água morna para limpeza de rotina de **janelas e espelhos**.

Pó de café

Além de ser muito útil no controle de pragas em hortas e também servir como adubo, o café pode ajudar na limpeza de sua casa. Dentro de um pote de margarina tampado e com furos (ou similar), coloque a borra seca de café dentro de uma gaze e deixe na geladeira. É uma ótima forma de **eliminar odores da geladeira** (pode também usar carvão ativado em substituição ao café – o carvão pode ser encontrado em loja de equipamentos para aquário).

