



¡Alucina con el vinagre!

Te dejará el baño limpio como una patena

Cuatro elementos básicos... y olvídete de comprar productos de limpieza!

Cuando nos disponemos a hacer la limpieza del baño, muchos vamos a buscar automáticamente unos cuantos productos. Continuamente nos ofrecen productos nuevos que, supuestamente, se inventan para que no tengamos que frotar con fuerza, para dejar olor "a limpio", para desinfectar cada vez más... La publicidad no deja de anunciarnos cuán milagrosos son.

Sin embargo, resulta que la mayoría de estos productos tienen efectos colaterales; contienen sustancias tóxicas (fragancias artificiales, lejía, colorantes, ácido sulfúrico, ácido clorhídrico, sosa cáustica...) que perjudican nuestra salud y contaminan las aguas que bajan hacia las cloacas.¹

Existen también productos de limpieza ecológicos que contienen pocos o ningún elemento tóxico, sin embargo esta no es la alternativa de la que queremos hablar en este artículo. Porque resulta que estos productos, tóxicos o no, ¡son totalmente **innecesarios!** Con sólo cuatro sencillos y económicos elementos que todos tenemos en casa: agua, vinagre, bicarbonato y jabón, podemos hacer auténticos milagros.

¡Ya verás que después de probarlo te entrarán ganas de contárselo a todo el mundo!

PARA SABER MÁS

S. Prades y I. Sánchez: *La botica de la abuela. Trucos para el hogar.* Integral-RBA 1999.

Karen Logan: *Clean house, clean planet.* Pocket Books 1996.

¹ Información sobre tóxicos: www.greenpeace.org/espana, buscar "casa intoxicada".



ANTES DE LIMPIAR, NO ENSUCIAR

Unas cuantas costumbres que nos ayudarán mucho:

- **Secar los grifos** después de ducharnos y lavarnos las manos para que no se acumule cal. Nos puede venir bien guardar cerca un trapo específico para esto.
- Después de utilizar la pica, **enjuagarla** para que no quede suciedad.
- Para impedir que se formen hongos (que pueden causar problemas respiratorios, ensucian, etc.): **secar, ventilar y que dé el sol.** Si no tenemos ventana nos podemos plantear instalar una claraboya (las hay tubulares para habitaciones que no están bajo techo)
- **No tirar al váter** nada que pueda atascarlo.
- Siempre que hayan caído pelos cerca de un desagüe, **recogerlos** para que no se atasque

TRUCOS

- **Rincones** (bordes y rejillas de los desagües...). Para llegar bien a los rincones podemos utilizar un cepillo de dientes viejo.
- **El olor** Los productos comerciales nos han hecho asociar el "olor a limpio" con unas fragancias artificiales, muchas veces tóxicas y a menudo no demasiado agradables. Para eliminar olores es suficiente con una buena ventilación. Si queremos que el baño tenga un olor especial después de limpiarlo podemos añadir unas gotas de aceite esencial natural (espliego, pino, romero, limón...) al agua de la taza del váter o al agua de fregar el suelo.



QUÉ CONVIENE SABER

Cuatro nociones básicas

- Las sustancias *básicas* o *alcalinas* (la cal, el jabón, el bicarbonato) se combinan con las *ácidas* (como por ejemplo el vinagre), sin embargo no con las básicas. Por eso el jabón no se lleva la cal.
- Lo único que hay que desinfectar ocasionalmente es la taza del váter, puesto que sólo nos pueden infectar (si tenemos pocas defensas: niños, enfermos, mayores), los microbios de nuestro cuerpo (los que están en la orina, heces, sangre o vómito).
- Dejar algo toda la noche en remojo es más eficaz (y descansado) que frotar durante un buen rato. La suciedad de mucho tiempo que no se vaya a la primera quizá se irá a la segunda, o a la tercera...
- Dejar suciedad mucho tiempo hace que después sea más difícil limpiarla y puede dañar las superficies, acortando su vida (por ejemplo, el próximo inquilino tendrá ganas de renovar todo el baño).

Cuatro héroes

- El **agua** limpia, y más cuanto más caliente está. Si está hirviendo incluso desinfecta.
- **Vinagre blanco** ¡Sí, el que tenemos en la cocina! Como es ácido se lleva la cal y disuelve películas de jabón. Enjuaga bien, previene que se forme moho y se lleva la materia orgánica. Es un potente desodorante y refresca el aire. Y no deja nada de olor a vinagre.
- **Bicarbonato sódico** ¡Sí, también solemos tenerlo en la cocina! Es un limpiador milagroso para la grasa y también es desodorante. Es abrasivo, conviene no frotar demasiado fuerte con él para que no se rayen las superficies.
- El **jabón líquido** sólo hace falta cuando tenemos que quitar grasas y para desinfectar. Pongamos poco para que sea fácil de enjuagar.



CÓMO SE HACE

- **Mármol y cerámica** (pica, bañera, bidé) Pasarles un trapo viejo de algodón empapado en vinagre. Si hay suciedad grasienta podemos mojarla, espolvorear bicarbonato y retirarlo al cabo de un rato con un trapo o esponja suave. O bien limpiarla con jabón. Si está muy sucia, dejemos toda la noche un paño empapado en vinagre.
- **Grifos** Fregarlos con vinagre.
- **Espejos, cristales y baldosas** Fregarlos con una gamuza mojada en vinagre y agua a partes iguales; un poco de sal hará que los cristales queden más transparentes. Enjuagarlos con papel de periódico o con una microfibras. Para cuando estén muy sucios podemos tener preparado un litro de agua con medio vaso de alcohol y unas gotas de detergente; también se le puede añadir sal.
- **Váter** Igual que el resto de la cerámica. Desinfectar con jabón a discreción.
- **Juntas, cortina** y lugares donde siempre queda humedad y se forman hongos. Fregarlos con una mezcla de vinagre y sal.
- **Superficies con mucha cal incrustada** Fregarlas con agua hirviendo con bicarbonato y vinagre a partes iguales. Si se resiste, dejarlo en remojo toda la noche y después fregar.
- **Desatascar desagües** Primero mirar si podemos quitar lo que causa el atasco (por ejemplo, un puñado de pelos). Echar media taza de bicarbonato y una taza de vinagre. Tapar el desagüe y dejarlo actuar un buen rato (hasta que deje de "hervir"). Aclarar con agua hirviendo.
- **Suelo** Agua. Añadir un chorro de vinagre si queremos que quede más limpio.

¿ES MUY DIFÍCIL?

- Para no ensuciar quizá deberemos incorporar algunos **hábitos nuevos**. Dicen que es de las cosas que más nos cuesta...
- Limpiar con vinagre es **más sencillo** que enjabonar y aclarar.
- Un litro de vinagre puede costar 60 céntimos, un kilo de bicarbonato poco más de un euro (en una droguería). Los limpiadores de baño y váter más económicos cuestan un euro el litro.
- Es necesario tener la capacidad de **maravillarse** al ver lo bien que funcionan

¿QUÉ GANAMOS?

- **Espacio** en el armario de la limpieza.
- Nos libramos de exponernos a productos **tóxicos** y de contaminar aguas residuales.
- Convertimos en **obsoleta** una parte de la problemática industria química.
- ¡Puede que el baño nos quede **más limpio que nunca!**