

Hogar LIMPIO, conciencia VERDE

Que una casa huela bien cuesta dinero, pero no está todo perdido. Existen remedios para una limpieza más barata. Y más sostenible.

El gesto no resulta nada común, pero conviene hacerlo a menudo: mira bajo el fregadero, toma una botella de detergente y comprueba la fecha de caducidad. Así es: los productos de limpieza caducan, con el tiempo funcionan peor y eso, a la larga, se traduce en un mayor gasto. En cada hogar español se invierten como media alrededor de 164 euros al año en productos de limpieza, una cifra relativamente abultada que sorprenderá a más de uno. Entonces, ¿se puede ahorrar en la limpieza del hogar?

Para limpiar la casa por menos dinero, en efecto, hay que revisar el estado de friegasuelos, desinfectantes o quitagrasas. Conviene conservarlos bien y no por demasiado tiempo. “Por ejemplo, las enzimas de los detergentes se degradan con las temperaturas altas. Por su parte, los disolventes volátiles de los limpiadores multiusos se evaporan si el envase está abierto. Y los

tensioactivos de algunos productos se pudren cuando los conservantes, con el tiempo, pierden su eficacia”, resume Antonio Martínez, director técnico del Grupo Forquisa, fabricante de productos de limpieza.

Los productos de higiene incluyen su fecha de caducidad estampada en los envases o en las etiquetas. Cuando esta se supera, el producto disminuye su eficacia, por lo que se necesitará más cantidad para la misma desinfección.

También hay que tener en cuenta el tiempo que transcurre desde que se quita el tapón por primera vez. Un limpiador de suelos, por ejemplo, tiene una esperanza de vida de hasta dos años, pero si el jabón contiene productos antibacterianos, su vida útil puede reducirse a doce meses. En otros productos, sin embargo, la duración se sitúa entre los seis meses y el año, siempre que se guarden en un lugar fresco y seco. Es el caso de los detergentes líquidos.



REMEDIOS CASEROS

.....

¿Ha llegado el momento de hacer la limpieza doméstica? Pues abre la despensa. Aunque rara vez guardes el **limón** o el **vinagre** con los productos de limpieza, debes saber que sus propiedades pueden emplearse para **sacar brillo a las ventanas** y hasta para **fregar los platos**. Y con menos impacto para el planeta. "Los productos de limpieza que utilizamos a diario llevan sustancias químicas que pueden ser nocivas para el entorno", sostiene Silvia de Santos, especialista en tóxicos de Ecologistas en Acción. Otros expertos, en cambio, ven con recelo el uso de estos **productos tradicionales**.

"Desde el punto de vista de la limpieza doméstica, la sustitución de productos clásicos como la lejía o el amoníaco por el vinagre no es eficiente, ya puede resultar más costoso y tiene mayor riesgo de contaminación bacteriana", afirma Antonio Tijero, profesor de Productos Químicos de Consumo en la Universidad Complutense de Madrid.

La Asociación de Empresas de Detergentes y Productos de Limpieza, Mantenimiento y Afines (Adelma) añade: "En general, **lo idóneo** no es usarlos solos, sino que los productos de limpieza incluyan estos **compuestos naturales**, como el vinagre o el limón, en su composición para reforzar la acción del producto. No obstante, en algunos casos los productos naturales sí resultan eficaces".

Para el metal, limón. El ácido débil del limón ataca el óxido metálico. Cuando se utiliza el limón para limpiar en casa estamos introduciendo terpenos cítricos, que son hidrocarburos que sí tienen interesantes propiedades de limpieza y desinfección, además de oler bien.

Un lavavajillas natural. Ester Bueno, educadora del programa Hogares Verdes del Centro Nacional de Educación Ambiental, propone mezclar esta fórmula mágica para un limpiador de platos eficiente y natural:

- 1 l de agua.

- 3 cucharadas soperas de jabón

blanco rallado.

- 150 ml de vinagre de vino blanco.

- 5 ml de aceite esencial de limón.

.....



LA LAVADORA, EN FRÍO.

La limpieza de la ropa es precisamente uno de los puntos clave para el ahorro. La lavadora es, después del frigorífico y del televisor, el electrodoméstico que consume más energía en casa. Este aparato es responsable del 8% del gasto eléctrico doméstico.

"En contra de la creencia más extendida, la principal clave del consumo energético reside en el programa de lavado que elegimos. Si reducimos la temperatura de lavado, podemos disminuir hasta en un 85% el consumo energético", asegura Paco Heras, biólogo y educador del Centro Nacional de Educación Ambiental (Ceneam).

Los detergentes actuales resultan mucho más eficientes que antes en agua fría, por lo que los programas de agua caliente son cada vez menos necesarios. Por esta razón, se recomienda reducir la temperatura de lavado de 40 °C a 15 °C: Este simple gesto puede disminuir el consumo de energía y las facturas nada menos que la mitad. "En resumen, para ahorrar energía y dinero baje la temperatura de lavado todo lo posible", aconseja Heras.



11 trucos para una limpieza sostenible

En España se emplean alrededor de 1.200 toneladas de productos de limpieza al año, entre detergentes, productos multiusos para la higiene doméstica y lavavajillas. Muchos de ellos acaban en el desagüe y, de ahí, a suelos, ríos y océanos. Pero, ¿es posible utilizar menos productos de limpieza, usarlos de forma más eficiente y así reducir su impacto en el entorno? Silvia de Santos, experta en tóxicos y bioconstrucción de Ecologistas en Acción, ofrece 11 consejos para limpiar la casa de forma más ecológica (y económica).

1/. Evita, en lo posible, la suciedad. Gestos como no usar en casa el calzado de la calle, utilizar felpudos e incluso disponer de ropa de trabajo y delantales para cocinar ayudan a no ensuciar tanto.

2/. Haz una limpieza más consciente con el planeta. Los productos que utilizamos no se quedan en casa: llegan a ríos, lagos y costas, lo que puede significar una grave amenaza para la vida silvestre. Muchos detergentes convencionales para lavavajillas, además, utilizan fosfatos, cuya concentración conduce a una disminución del oxígeno de las aguas.

3/. Acomete tareas más frecuentes con productos suaves. Pueden evitar la necesidad de limpiezas en profundidad, que exigen detergentes más concentrados.

4/. Usa productos de limpieza naturales, o en su defecto productos ecológicos. Reduce la cantidad de lejía utilizada, así como de otros

productos poco sostenibles con el planeta con cloro, conservantes (parabenos) o fosfatos.

5/. Es mejor optar por un detergente de gran rendimiento. Este tipo de producto se caracteriza por producir menos espuma, pero dejar la ropa limpia a bajas temperaturas. De este modo, se tendrá que emplear una menor cantidad, por lo que conseguirás disminuir la contaminación del agua. Además, esto reducirá la cantidad de envases.

6/. Reutiliza los envases y (cuando puedas) compra a granel. Dejarás menos plásticos en el entorno.

7/. Usa solo la dosis necesaria. Este gesto permite ahorrar dinero mientras se cuida del medio ambiente.

8/. Evita los productos de limpieza perfumados. Muchos de ellos llevan ftalatos (contaminantes hormonales) para fijar olores artificiales.

9/. Limpia el polvo o friega el suelo con mayor frecuencia, y ayudándote de un trapo húmedo. Es un modo sencillo de reducir el uso de productos de limpieza en el hogar.

10/. Ventila al menos dos veces al día la vivienda. Así se disminuye la concentración interior de contaminantes. La aireación reduce las cantidades de partículas acumuladas en casa.

11/. Usa limpiadores ecológicos caseros. El jabón de sosa o el vinagre, por ejemplo, son productos más sanos, más baratos y, además, no contaminan. El jabón de sosa es un producto de limpieza tradicional que se fabricaba con manteca de cerdo, agua e hidróxido sódico.