

PRODUTOS NATURAIS DE LIMPEZA

POR QUE E COMO FAZER



Produtos naturais de limpeza - por que fazer?

- biodegradáveis
- menos embalagens/plástico
- alergias (pele, tosses, espirros, dores de cabeça)
- substâncias tóxicas, cancerígenas
- sem produtos de origem animal e petroquímica
- economia
- praticidade/versatilidade (evito ter muitos produtos)
- possibilidade de escolha/autonomia

Na natureza tudo é multifuncional, e na nossa casa pode ser do mesmo jeito: não precisamos de um produto específico só para limpar o banheiro, o fogão, a pia, as janelas, as roupas, a louça. Podemos ter poucos produtos que exercem mais de uma função. E podemos saber exatamente a formulação destes poucos produtos, pois vamos escolher quais ingredientes e aromas nos agradam mais. Além disso, evitamos correr riscos de alergias e contaminações por não usar produtos agressivos, geramos economia e menos resíduos.

É um processo de mudança de hábitos, que vai acontecendo aos poucos, mas que traz muitos benefícios para nosso corpo, nossa casa e o meio ambiente.

Principais ingredientes

- **SABÃO DE COCO:** agente limpante
*verifique os ingredientes, procure uma marca que tenha realmente óleo de coco na composição e não somente aroma artificial de coco (marcas recomendadas: Ufe, Milão, Positiva)
- **ÁLCOOL:** desinfetante (tomar cuidado pois é inflamável)
- **VINAGRE:** desinfetante (mais natural, pode ser feito em casa!), previne e combate o mofo
*vinagre de álcool e o mais indicado para limpeza, tente comprar galão de 5 litros
- **BICARBONATO DE SÓDIO:** absorve odores, limpa tecidos, é abrasivo (bom para desincrustar sujeira do fogão ou do banheiro)
*compre a granel levando seu próprio pote ou em pacotes de 1kg para economizar

RECEITAS*

- SABÃO EM PÓ PARA ROUPAS
- MULTIUSO
- DESINFETANTE / AMACIANTE
- DESODORANTE DE ROUPAS

* fontes:

- livro e blog Uma Vida Sem Lixo [Cristal Muniz],
Fabi Florinda
- blog Uma Casa Sem Lixo [Nicole Berndt]

SABÃO EM PÓ PARA ROUPAS



Foto [Artigo "Como fazer sabão caseiro"](#)

Ingredientes:

- 200 gramas de sabão de coco (aproximadamente 1 barra)
- 400 gramas de bicarbonato de sódio (2 xícaras bem cheias)
- óleos essenciais para aromatizar (opcional, cerca de 5ml)

Como fazer:

Rale o sabão de coco e junte no processador de alimentos ou no liquidificador com o bicarbonato de sódio. Bata até misturar tudo. Ao final acrescente o óleo essencial (opcional, mas deixa um ótimo aroma. Pode ser de capim limão, alecrim, lavanda).

Armazene em pote de vidro fechado, e use normalmente como sabão em pó para lavar roupas.

MULTIUSO

Ingredientes:

- 3 litros de água
- 200 gramas de sabão de coco (cerca de 1 barra)
- 50 ml de álcool 70 ou 90 (75 ml se for álcool 46)
- 3 colheres de sopa de bicarbonato de sódio
- óleo essencial (opcional)

Como fazer:

Coloque a água para esquentar, enquanto isso rale o sabão de coco. Junte o sabão ralado à água e mexa até dissolver. Desligue o fogo. Espere ficar morno, acrescente o bicarbonato de sódio e, em seguida, o álcool. Aguarde esfriar e adicione os óleos essenciais de sua preferência (opcional, sugestão: capim limão, melaleuca, alecrim, lavanda).

Armazene em garrafas de vidro - tente reutilizar garrafas de suco, por exemplo.

Usos:

PURO: para lavar roupa (em caso de roupas muito sujas ou suadas, acrescente 1 colher de bicarbonato na lavagem) e para lavar louça;

DILUÍDO (50 ml de multiuso e 200 ml de água): para limpar o chão, bancada, vidro, janelas, espelho, fogão. Para facilitar a aplicação coloque num pote com válvula spray para espirrar nas superfícies, e limpe com um pano.

*Atenção pois algumas marcas de sabão de coco na verdade usam sebo animal na composição. Se usar um sabão com sebo, a receita do multiuso irá endurecer (nesse caso misture com água quente para dissolver e use do mesmo jeito). Prefira marcas como Positiva, Milão e Ufe. Sabão com óleo reutilizado também pode.

Foto: [Blog Uma Vida Sem Lixo](#)

DESINFETANTE & AMACIANTE

Ingredientes:

- vinagre de álcool
- ervas aromáticas ou cascas de frutas cítricas

Como fazer:

Em um pote de vidro, coloque aproximadamente 1 xícara de ervas (alecrim, capim limão, lavanda) ou das cascas de frutas cítricas (laranja, limão, tangerina) e preencha com o vinagre de álcool. Aguarde por pelo menos 2 semanas, mexendo de vez em quando. Passe por uma peneira e está pronto!

Dessa forma, o aroma típico do vinagre fica mais agradável e, quando misturado às frutas cítricas, potencializa suas propriedades desinfetantes e ganha propriedades desengordurantes.

Usos:

- Como **amaciante** na máquina de lavar roupa (use na mesma quantidade do amaciante comum - se o vinagre ficar muito colorido, faça um teste antes de usar em roupas claras)
- Como **desinfetante** para limpar a casa. Use puro para limpar superfícies e dilua para limpar o chão. Pode ser usado para tirar mofo de móveis.



Foto: [Blog Uma Vida Sem Lixo](#)

*Você pode preencher o pote com as cascas aos poucos, mas sempre deixe as cascas cobertas por vinagre.

*As cascas ou ervas podem ir para a composteira, após serem enxaguadas para tirar o excesso de vinagre.

DESODORANTE DE ROUPAS



Foto [Blog Casa Sem Lixo](#)

Ingredientes:

- 2 xícaras de água
- ¼ xícara de álcool
- ¼ xícara de vinagre de álcool

Como fazer:

Coloque tudo dentro de um borrifador (pote com spray) e pronto!

Usos:

Borrife o desodorante em toda a roupa ou nas partes onde você acredita que merecem mais atenção.

Pendure a peça num cabide ou varal, se possível, em um local mais arejado. Ela secará naturalmente e ficará pronta para o uso.

*opcional: para dar um cheirinho, colocar algumas gotas de óleo essencial (poucas, para não manchar as roupas). Mas, mesmo sem colocar óleo essencial, a roupa não ficará com cheiro de vinagre.

*usando o desodorante de roupas, as peças podem ser usadas mais vezes sem precisar ir para a máquina de lavar, aumentando a durabilidade das roupas e economizando água e sabão.

bônus:

VINAGRE CASEIRO DE MAÇÃ



Foto [Blog Uma Vida Sem Lixo](#)

Ingredientes:

- cascas e miolos de 6 maçãs
- 1 colher de sopa de açúcar
- 50 ml de vinagre de maçã (de preferência natural, orgânico, não pasteurizado)
- água (sem cloro!)*

Como fazer:

Coloque as maçãs em um pote grande. Acrescente o açúcar e preencha de água até cobrir as maçãs. Misture para dissolver o açúcar e adicione o vinagre. Cubra com um pano + elástico e deixe fermentar em lugar arejado (com circulação de ar) por no mínimo 3 semanas. Mexa todos os dias para aerar e ajudar na fermentação.

Quanto mais tempo fermentar, mais ácido vai ficar. Experimente e se ainda está muito doce, aguarde fermentar um pouco mais. Se está com gosto de vinagre, pode coar e guardar em outro pote e usar.

Usos:

Para limpeza da casa, como amaciante (verificar a cor do vinagre antes, fazer teste em roupas claras), e como condicionador para os cabelos.

*Para as próximas vezes que for fazer o vinagre do zero, pode ser usado os 50 ml do vinagre feito anteriormente.

*Se você só tiver água da torneira que tem cloro, antes de começar coloque a água em um pote / recipiente aberto e deixe um dia assim – melhor se pegar sol. O cloro, que pode naturalmente matar as bactérias que fazem a fermentação, vai se dissipar.

OUTRAS DICAS

- álcool aromatizado com lavanda (deixar em infusão da mesma forma que o vinagre)
- bicarbonato + vinagre para limpar fogão, vaso sanitário, azulejo, box: espalhe o bicarbonato na superfície e borrife vinagre em cima. Deixe agir alguns minutos e limpe com pano úmido ou escova (para parede, primeiro borrife o vinagre e depois coloque bicarbonato numa esponja e esfregue);
- a dupla bicarbonato e vinagre também ajuda a desentupir pias: coloque 2 colheres de sopa de bicarbonato de sódio no ralo, jogue 150 ml de vinagre e, em seguida, 500 ml de água quente.
- não use vinagre em superfícies como granito e mármore - ele pode manchar e corroer esses materiais



(47) 3029.5080 | (47) 9 9610.4874

contato@rastro.eco.br

www.rastro.eco.br