

# Cómo preparar “Las Recetas de Limpieza Ecológicas para un Hogar Saludable”

- Las siguientes páginas “Limpieza ecológica: Recetas para un Hogar Saludable”, deben imprimirse por las dos caras de un papel de calidad gruesa.
- Las recetas con números impares se imprimirán en un lado de la cara del papel y las de números pares en el otro lado de la cara del papel.
- De tal manera, cada receta puede cortarse y laminarse (o usted puede laminar la página completa y después cortar cada receta por separado).
- Abra un hueco en el espacio de la parte superior izquierda de cada receta.
- Tenga cuidado, no haga el hueco cerca del borde de la receta, donde se pueda romper al usarla.
- Apile cada receta empezando con los números impares encima.
- Manténgalas juntas usando un aro que atraviese el hueco de todas las recetas.

**Mantenga sus recetas con sus productos de limpieza ecológica.**



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

Recetas para un Hogar Saludable

Sharon M. S. Gibson & Pamela R. Turner



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR PARA TODO PROPOSITO #1

- 3 cucharadas de vinagre blanco
- ½ cucharadita de sosa (carbonato de soda)
- ½ ctda. de jabón líquido a base de aceite vegetal
- 2 tazas de agua caliente

Mezcle los ingredientes en una botella de rociar o balde. Aplique y limpie.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR PARA EL PISO

Para pisos grasosos y sin cera:

- 1 taza de vinagre blanco
- ¼ taza de sosa
- 1 cucharada de jabón líquido a base de aceite vegetal
- 2 galones de agua caliente

Mezcle todos los ingredientes hasta disolver la sosa y trapeé de manera normal.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR DE MADERA

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de vinagre blanco
- ¼ de taza de jugo de limón

Mezcle los ingredientes. Use una tela suave para frotar la madera en la misma dirección de las vetas de la madera.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR DE DESAGÜE O ALCANTARILLA

Para desagües lentos, use este limpiador una vez por semana para mantener el desagüe fresco y sin que se tape.

- ½ taza de soda de hornear
- 1 taza de vinagre blanco
- 1 galón de agua hirviendo

Vierta la soda de hornear en el desagüe y luego el vinagre. Permita que la mezcla haga espuma por varios minutos antes de agregar el agua hirviendo para enjuagar.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR DE HORNOS

- 2 Cucharadas de jabón líquido a base de aceite vegetal
- 2 cucharadas de bórax

Mezcle el jabón y el bórax en una botella de rociar. Llene la botella con agua caliente y agite bien. Rocíe el horno y espere por 20 minutos. Refriegue.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### SUSTANCIA FREGADORA SUAVE NO ABRASIVA

- 1/4 de taza de bórax
- jabón líquido a base de aceite vegetal
- 1/2 cucharadita de aceite esencial de limón

En una taza mezcle el bórax con suficiente jabón para formar una pasta cremosa. Agregue el aceite de limón y mezcle bien. Con una chuchara ponga una cantidad pequeña de la mezcla en una esponja, lave la superficie, y enjuague bien.



Traducido por Ines L. Beltran  
Editado por Lindsey Bailey

Contacte su oficina local de Extensión  
Cooperativa llamando al  
**1-800-ASK-UGA1**  
[www.GAfamilies.com](http://www.GAfamilies.com)

Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### BRILLADOR DE MUEBLES

- 1/4 taza de cera de abejas derretida
- 1 taza de aceite de oliva
- 1 cucharadita de jugo de limón

Con cuidado y lentamente vierta la cera de abejas derretida en una taza resistente al calor que contiene el aceite de oliva y el jugo de limón. Mezcle con una cuchara de palo. Esta mezcla al enfriarse tendrá la consistencia de una suave mantequilla de maní.

Para usar: Aplique una cantidad pequeña en la madera usando un paño de algodón y déjela por 5 minutos. Use una tela suave o una camiseta vieja para sacar brillo.

Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR PARA PISOS LAMINADOS

*Para madera elaborada y pisos no encerados.*

- 1/2 taza de vinagre blanco
- 1 galón de agua tibia

Mezcle los ingredientes. Evite sobre humedecer el piso, use una botella de rociar para aplicar la mezcla en el piso. Trapeé de manera normal (los trapeadores de microfibra funcionan mejor).

Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR PARA EL REFRIGERADOR

- 2 cucharadas de soda de hornear
- 4 tazas de agua tibia

Disuelva la soda de hornear en el agua. Use esta mezcla para limpiar por fuera y dentro del refrigerador. Para manchas duras, refriegue con la pasta de soda de hornear. Asegúrese de limpiar con una tela húmeda y limpia.

Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### LIMPIADOR PARA EL TRITURADOR DE BASURA

- 1 taza de hielo
- Las cortezas de limones o naranjas usadas

Para eliminar los olores del triturador y para limpiar y afilar las cuchillas, muele el hielo y las cortezas en el triturador hasta pulverizarlas.

Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

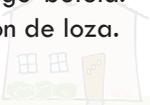
## Limpieza Ecológica

11

### LIMPIADOR PARA EL ALUMINO

½ taza de vinagre de cidra de manzana  
2 cucharadas de crémor tártaro

Llene su olla de aluminio con agua para hervir. Por cada 4 tazas de agua que adicione, agregue ½ taza de vinagre y 2 cucharadas de crémor tártaro. Hierva la mezcla por 10 minutos y luego bótela. Cuando la olla se enfríe, lávela con jabón de loza.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

13

### LIMPIADOR DE ARTEFACTOS DE FONTANERÍA #1

Úselo para limpiar acero inoxidable, cromo, fibra de vidrio, cerámica, porcelana, o sanitarios esmaltados.

2 cucharadas de soda de hornear  
4 tazas de agua

Disuelva la soda de hornear en el agua. Limpie los accesorios y enjuague.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

15

### LIMPIADOR PARA LA TAZA DEL BAÑO

1 taza de bórax  
½ taza de vinagre blanco

Baje la cisterna para mojar las paredes de la taza. Rocíe el bórax en la taza y luego rocíe el vinagre. Deje esta solución trabajar por varias horas o incluso toda la noche antes de refregar con un cepillo.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

17

### LIMPIADOR DE VIDRIO QUE NO RAYA

¼ taza de vinagre blanco  
1 cucharada de maicena  
4 tazas de agua tibia

Mezcle los ingredientes. Aplique la solución con una esponja, o coloque la mezcla en una botella de rociar y rocíe. Para evitar pelusas, limpie con papel periódico seco hasta sacar brillo.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

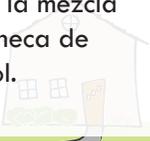
## Limpieza Ecológica

19

### DESODORIZADOR PARA CANECA DE BASURA

1 taza de soda de hornear  
1 cucharadita de aceite de árbol de té

Mezcle los ingredientes en una taza pequeña exprimiendo los grumos con un tenedor. Retire el forro base de la caneca antes de rociar la mezcla en la base. Con frecuencia juegue la caneca de basura con vinagre blanco y seque al sol.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

### DÓNDE COMPRAR LOS INGREDIENTES:

**Sosa** (carbonato de sodio) • Se encuentra en el área de productos de lavandería del supermercado

**Bórax** (borato de sodio) • Se encuentra en el área de productos de lavandería del supermercado

**Jabón líquido a base de aceite vegetal** (jabón de castilla) • Se encuentra en el área de comida natural y saludable en el supermercado

**Aceites esenciales** • Se encuentran en las tiendas de comida natural y saludable



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

14

### LIMPIADOR DE ARTEFACTOS DE FONTANERÍA #2

Los depósitos de cal duro alrededor de los grifos se pueden ablandar para removerlos más fácilmente al cubrir los depósitos con toallas de papel mojadas en vinagre.

Vinagre Blanco  
Toallas de papel

Moje las toallas de papel en vinagre y déjelas sobre la superficie a limpiar. Retire las toallas y limpie después de una hora.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

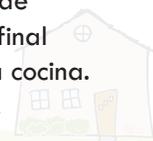
## Limpieza Ecológica

12

### LIMPIADOR FRAGANTE PARA LA COCINA

2 cucharadas de vinagre blanco  
4 tazas de agua  
4 gotas de aceite esencial (lavanda, aceite de árbol de té, limón, limonaria, o romero)

Mezcle los ingredientes en una botella de rociar y use la solución como enjuague final después de limpiar las superficies de la cocina. Almacénelo en un lugar fresco y oscuro.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

18

### LIMPIADOR DE ESPEJOS Y VENTANAS

Para vidrios brillantes

Maicena (harina de maíz)  
Agua

Mezcle la maicena y el agua hasta formar una pasta. Use una tela suave para aplicar la pasta al vidrio. Refriegue de manera suave y luego limpie con otra tela suave.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

16

### LIMPIADOR DE AZULEJOS & TINA

Vinagre blanco  
Soda de hornear o sal no yodada

Para remover las películas de mugre en las duchas o tinas, aplique el vinagre directamente a una esponja y limpie. Luego use la soda de hornear o la sal como si fuera polvo detergente. Refriegue con una esponja húmeda y enjuague con agua limpia.



Mantenimiento del Hogar: Proteja su inversión

## Limpieza Ecológica

20

### LIMPIADOR DE COBRE & PLATA

No use en terminados lacados.

Jugo de limón  
Sal no yodada  
Maicena

Mezcle partes iguales de sal y maicena con el jugo de limón hasta formar una pasta. Aplique a la superficie con una tela suave. Refriegue suave. Enjuague con agua tibia y jabón de loza suave. Seque con una tela suave.



[extension.uga.edu](http://extension.uga.edu)

Circular 1117-SP (HACE-E-73-1) Revisado Junio 2017

Publicado por la Universidad de Georgia en cooperación con la Universidad estatal de Fort Valley, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, y condados del estado. Para mayor información contacte su oficina local de Extensión de la UGA.

La Universidad de Georgia esta comprometida con la implementación de los principios de igualdad de oportunidad y acción afirmativa..