

Productos de limpieza alternativos para enfermos de SSC:

Evitar productos como la lejía, amoníaco y productos habituales de limpieza, producen una mejora inmediata en los síntomas de los enfermos de SSC. Te detallamos algunas sugerencias y alternativas que ayudan a mejorar tu salud.



Producto	Características/uso	Precauciones
Vinagre	<i>(de vino blanco)</i> Con agua caliente mejora su efecto, sirve para todo tipo de limpiezas; suelos, cocina, baño. Desinfecta y destruye bacterias. Desengrasante de ollas y sartenes.	El olor característico desaparece al poco de usarlo.
Agua oxigenada	<i>(comprar sólo en farmacias; no en otros establecimientos. En bote de 1 litro hay sign.diferencias de precio según farmacia).</i> Alternativa a la lejía; más efectiva y segura. Griferías. Quitamanchas en ropa. Quitamanchas de sangre y orina en ropa. Previene hongos y malos olores. Desinfecta cepillos. Elimina gérmenes, bacterias y ácaros. Limpieza de inodoro y piezas del baño.	No debe guardarse mezclado con otros productos. Sí se puede mezclar con el vinagre o el bicarbonato al utilizarse; pero no envasar la mezcla y guardarla para otro momento.
Limón	Anti-grasa, anti-bacteriano y Anti-sarro. Ambientador (hervir unas rodajas con agua y dejar enfriar). Abrillantador de plata y acero inoxidable. Repelente para hormigas (cáscaras). Suavizante rápido para manos; mezclar zumo con azúcar y frotarse las manos unos segundos.	No usar con antigüedades de metal con posibles aleaciones. No dejar mucho tiempo sobre objeto de metal. No usar con seda.
Bicarbonato	Suavizante para la ropa. Desodoriza, neutraliza la acidez, quita manchas. Limpiador de cocina y baño. Limpieza del fregadero. Absorbe los malos olores. No raya.	Su ingesta prolongada está contraindicada en la insuficiencia cardíaca o renal.
Sal fina	Antiséptico. Manchas de moho. Limpieza de muebles de mimbre (agua salada).	Puede rayar la superficie a limpiar

Algunas páginas en Internet donde consultar usos, propiedades, trucos, etc.:

- 29 consejos para vivir sin químicos, 5 ingredientes básicos para limpiar y 15 trucos para el hogar.
- Consejos de limpieza.com 20 usos del agua oxigenada. 41 usos del limón en el hogar y limpieza.
- Hogares verdes. Limpieza sin tóxicos, recetas que preservan la salud.
- Cuánto ensuciamos cuando limpiamos.
- Ecoportal.net Alternativas verdes a los productos de limpieza.