

HENNEPIN COUNTY  
MINNESOTA



Reducción de productos químicos  
peligrosos en el hogar y recetas de  
limpiadores ecológicos

Reducing hazardous chemicals in your home  
and green cleaning recipes

# Por qué es importante reducir los productos químicos peligrosos

## Why reducing hazardous chemicals is important

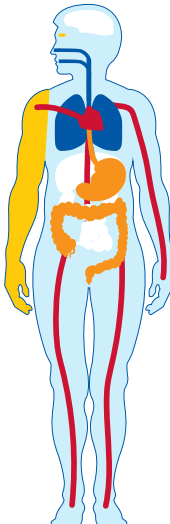
De acuerdo con la Agencia de Protección Ambiental, solo una fracción de los productos químicos registrados han pasado por pruebas completas relacionadas con los riesgos para la salud humana. Algunos tienen efectos tóxicos inmediatos. Otros son dañinos para nuestro organismo solo después de una exposición repetitiva y prolongada. En la actualidad, parece que todos los productos vienen con una advertencia, y es posible que no se preste mucha atención a lo que indica la etiqueta. No obstante, cuando se trata de productos peligrosos, leer la etiqueta es la forma más sencilla de identificar los riesgos.

Los niños y las mascotas son los más afectados por los efectos negativos de los productos químicos. Independientemente de su peso, los niños y las mascotas respiran más aire, beben más agua y comen más comida que los adultos. Cuando los niños juegan, se arrastran y se llevan cosas a la boca. Las mascotas pueden levantar productos químicos en sus patas, que luego ingieren cuando se limpian las patas. Como resultado, los niños y las mascotas tienen un mayor riesgo de exposición a los contaminantes potenciales.

## Vía de exposición a los productos químicos

### Exposure pathways for chemicals

Los productos químicos pueden ingresar a nuestro cuerpo a través de una cantidad de "vías de exposición".



El diagrama muestra un cuerpo humano con cuatro vías de exposición resaltadas: inhalación (pulmones en azul), contacto (piel y ojos en amarillo), ingestión (boca en naranja) e inyección (corte o pinchazo en la piel en rojo).

- Inhalación**  
Ingresa en los pulmones a través de la nariz y/o la boca.
- Contacto**  
Entra en contacto con la piel y/o los ojos, nariz o garganta.
- Ingestión**  
Ingresa al cuerpo a través de la boca.
- Inyección**  
Ingresa al torrente sanguíneo a través de un corte o pinchazo en la piel.

# Palabras de alerta

## Signal words

Las leyes federales requieren que los productos peligrosos se etiqueten con palabras de alerta. Al comprender las diferencias del uso de las palabras de alerta, se puede determinar la peligrosidad de un producto.

### Siempre lea las etiquetas

Busque las palabras de alerta en las etiquetas y elija el producto menos peligroso.

Menos peligroso



Más peligroso

| Palabra de alerta | Grado de peligrosidad                                   |
|-------------------|---|
| Precaución        | Peligro leve o moderado                                 |
| Advertencia       | Peligro moderado  |
| Peligro           | Extremadamente inflamable, corrosivo o altamente tóxico |
| Veneno            | Altamente tóxico  |

## Peligrosidad de los productos comunes del hogar

### Exposure pathways for chemicals

#### Precaución

- Amoniaco
- Detergente para vajilla
- Limpiador abrasivo
- Detergente para ropa
- Limpiadores para todo uso

#### Peligro

- Lustrametales
- Líquido para encendedores
- Pegamento para goma
- Limpiador de horno
- Limpiador de tuberías
- Blanqueador con cloro

#### Advertencia

- Limpiadores de piso con aroma a pino
- Anticongelante
- Limpiador de azulejos de baño

#### Veneno

- Soda cáustica
- Veneno para ratas
- Aerosoles para hormigas/insectos



# Reduzca los productos químicos peligrosos en su hogar

## Reduce hazardous chemicals in your home

- Compre menos productos químicos para su hogar. Prepare sus propios productos con las recetas de esta guía.
- Quítese los zapatos en la entrada de su casa para no llevar restos de productos químicos del exterior a su hogar.
- Use productos con atomizadores en lugar de aerosoles, ya que el rocío del aerosol se inhala más fácilmente.
- Evite los productos químicos como desodorantes de ambiente y velas.
- Evite los productos químicos que se usan en la limpieza a seco tradicional.
- Evite los pesticidas y los herbicidas químicos.

# Consejos para un almacenamiento seguro

## Safe storage tips

- Mantenga los productos fuera del alcance de los niños y los animales.
- Guarde los productos que dicen “evitar su congelamiento” (como las pinturas de latex) en espacios interiores.
- Nunca mezcle productos químicos (como lejía y amoníaco).
- Mantenga los productos alejados de las fuentes de ignición.
- Solo compre la cantidad del producto que piensa utilizar.
- Mantenga los productos en el contenedor original y asegúrese de que la etiqueta sea legible.

# Elimine de manera segura los restos de productos peligrosos del hogar

## Safely dispose of household hazardous waste

La eliminación inadecuada de los residuos peligrosos del hogar, como arrojarlos en la basura o desecharlos en el drenaje o sistema de alcantarillado, podría dañar a su familia, al transportista de la basura o al medioambiente.

Los residuos peligrosos de los hogares incluyen productos para automóviles, limpiadores, productos para césped y jardín, artículos que contienen mercurio, pinturas, productos colorantes para madera, disolvente para pinturas y pesticidas.

El sitio Hennepin County Drop-Off Facilities recibe estos artículos. También pueden llevarse a los eventos de recolección de temporada. Más información sobre la eliminación de residuos peligrosos en



[hennepin.us/green-disposal-guide/  
household-hazardous-waste](https://hennepin.us/green-disposal-guide/household-hazardous-waste)

# Recetas de limpiadores ecológicos

## Green cleaning recipes

Puede proteger su salud y la salud de su familia, mascotas y el medioambiente si elabora sus propios productos de limpieza con ingredientes sencillos y menos tóxicos. Muchos productos comunes del hogar, como el bicarbonato de sodio, jugo de limón, vinagre y jabón líquido para vajilla, pueden ser limpiadores efectivos y económicos.

## Materiales de limpieza básicos

### Basic cleaning supplies

- Bicarbonato de sodio
- Jugo de limón
- Sosa de lavar
- Vinagre blanco
- Cable flexible para destapaciones
- Piedra pómez



## Consejos y trucos

### Tips and tricks

- Mezcle sus limpiadores hechos en casa en pequeñas cantidades.
- Etiquete todos los contenedores con los ingredientes, uso previsto y fecha de elaboración.
- Mantenga todos los contenedores fuera del alcance los niños y las mascotas.
- Mantenga todos los contenedores cerrados cuando no estén en uso.
- Nunca use contenedores de alimentos o bebidas para productos de limpieza de ningún tipo.
- Pruebe los productos en un área pequeña para comprobar la decoloración (en la eliminación de manchas en alfombras o prendas de vestir). El vinagre puede afectar el color de algunos artículos.

# Propiedades básicas y usos de los materiales de limpieza

## Basic properties and uses for cleaning supplies

### Bicarbonato de sodio



- No tiene olor
- Propiedades antifúngicas
- Desodorante
- Elimina manchas cuando se diluye con agua tibia
- Suavizante de telas cuando se agrega al ciclo de enjuague
- Lustrador; elimina suciedad sin dañar las superficies

### Jugo de lima o limón



- Su aroma simboliza la limpieza
- Ácido; puede tener propiedades antibacterianas o antisépticas
- Elimina manchas; dejar actuar durante algunos minutos

### Sosa de lavar (carbonato de sodio)



- Similar al bicarbonato de sodio (que no se usa para cocinar)
- No tiene olor
- Elimina manchas; tiene propiedades alcalinas
- Ablandador de agua; trata la dureza del agua
- Elimina el sarro de las máquinas de café o de los azulejos de los baños

### Vinagre blanco



- Antibacteriano
- Elimina la mayoría del moho
- Desodorante
- Elimina depósitos de cal
- Elimina manchas
- Suavizante para ropa cuando se agrega al detergente para ropa
- Se usa para eliminar bacterias, moho y gérmenes

### Cable flexible para destapaciones



- Ayuda a destapar tuberías

### Piedra pómez

- Ayuda a eliminar el sarro que se acumula en los inodoros

### El bórax, la lejía sin cloro y la sosa para lavar



pueden usarse como limpiadores hogareños y como productos para lavar la ropa de acuerdo con las indicaciones de la etiqueta. Todos estos productos son nocivos si se ingieren. La sosa de lavar no es igual al bicarbonato de sodio y no debe usarse en su reemplazo.

- Use únicamente lejía sin cloro si cree que debe usar un producto de lejía. Úselo solo.
- Evite usar lejía o amoníaco. Nunca mezcle estos dos productos ni tampoco mezcle otros productos.

# Tarjetas de recetas

## Recipe cards

### Limpiador para todo uso



#### Ingredientes

- ¼ taza de vinagre blanco
- Agua
- 1½ cucharadita de jabón para vajilla líquido no antibacteriano
- Jugo de limón (opcional)

#### Instrucciones

En un rociador de 16 oz, agregue el vinagre y llénelo con agua. Agregue el jabón líquido al final. Agregue limón si lo desea.

### Limpiador de alfombras



#### Ingredientes

- ½ taza de vinagre
- 1 cucharada de jabón líquido
- Toallas/paños absorbentes blancos
- Agua tibia

#### Instrucciones

Mezcle el vinagre y el jabón en un bol.

Absorba con la toalla toda la humedad posible en el lugar manchado, enjuague el área con agua tibia y aplique la solución de vinagre y jabón. Deje actuar durante 15 minutos. Luego, enjuague una toalla con agua limpia y seque.



## Limpiador para pisos (sirve para pisos de madera)



### *Ingredientes*

- Vinagre blanco
- Agua

### *Instrucciones*

Mezcle  $\frac{1}{2}$  taza de vinagre blanco por galón de agua. Use un trapo o mopa para limpiar el piso.

## Limpiador de horno



### *Ingredientes*

- 1 taza o más de bicarbonato de sodio
- 1 o 2 cucharaditas de jabón lavavajilla no antibacteriano

### *Instrucciones*

Rocíe agua generosamente en la parte inferior del horno, luego, cubra la suciedad con suficiente bicarbonato de sodio para que la superficie quede totalmente blanca. Rocíe más agua sobre la superficie. Déjelo actuar toda la noche. Retírelo la mañana siguiente. Luego, con un poco de jabón líquido y una esponja dura o trapo húmedo, lave los residuos restantes del horno.



## Detergente para lavavajilla



### Ingredientes

- ¼ taza de sosa de lavar
- 3 gotas de jabón para vajilla no antibacteriano
- ¼ taza de jugo de limón (opcional)

### Instrucciones

Mezcle los ingredientes en un bol y colóquelos con una cuchara en el depósito de detergente del lavavajilla. Esta receta limpiará una carga del lavavajilla.

## Detergente para ropa



### Ingredientes

- 4 cucharadas de bórax
- 4 cucharadas de sosa de lavar
- 1 galón de agua tibia
- ¼ taza de jugo de limón (opcional)
- 4 cucharadas de jabón lavavajilla no antibacteriano

### Instrucciones

Mezcle agua, bórax, jugo de limón y sosa de lavar en un recipiente de un galón.

Agregue el jabón líquido lavavajilla al final, cierre y agite el recipiente hasta que el líquido quede mezclado. Use ¼ taza por carga de ropa.

## Suavizante para telas



### *Ingredientes*

- 1 taza de vinagre blanco

### *Instrucciones*

Coloque una carga de ropa cuando agregue el detergente en la lavadora.

## Limpiador de inodoro



### *Ingredientes*

- 1 taza de bicarbonato de sodio
- 1 taza de vinagre blanco
- 1 piedra pómez
- 1 cepillo de inodoro

### *Instrucciones*

Rocíe bicarbonato de sodio en la taza del inodoro. Luego, rocíe con el vinagre y use el cepillo del inodoro. Luego, use la piedra pómez para eliminar el sarro de la taza.

## Destapa y desodoriza los drenajes



### *Ingredientes*

- 6 oz de bicarbonato de sodio de caja
- 1 taza de vinagre blanco
- Cable flexible para destapaciones

### *Instrucciones*

Rocíe una cantidad generosa de bicarbonato de sodio adentro y alrededor de la abertura del drenaje.

Continúe con una taza de vinagre blanco.

Al final, agregue agua bien caliente. Use el cable para destapaciones para retirar los bloqueos que haya. Repita el proceso de ser necesario.

# Consejos para la compra de productos

## Product purchasing tips

Si elije comprar productos de limpieza en lugar de elaborarlos, puede reducir la exposición a productos químicos peligrosos si compra productos menos dañinos.

- Busque productos que detallan todos sus ingredientes en la etiqueta. En general, es mejor que sean menos ingredientes.
- Use un limpiador multiuso en lugar de comprar varios específicos.
- Elija productos que estén hechos de materiales a base de plantas como cítricos, semillas, vegetales, hierbas o aceite de pino.
- Elija productos que tienen compuestos orgánicos bajos o no volátiles. Estos compuestos son productos químicos tóxicos que se liberan a la atmósfera.
- Elija productos sin cloro.
- Elija pegamentos, adhesivos y pinturas a base de agua.
- Elija el producto menos tóxico para la tarea. Un producto que tiene la palabra Precaución en su etiqueta es menos peligroso que otro que dice Advertencia, Peligro o Veneno.
- Busque certificaciones favorables para el medioambiente.
  - Certificación de sello verde: Productos que han sido evaluados para que cumplan con rigurosos criterios ambientales, de salud y de rendimiento.
  - U.S. EPA Safer Choice: Los productos que tienen la etiqueta Safer Choice ayudan a los consumidores y compradores comerciales a identificar aquellos productos que tienen ingredientes de productos químicos más seguros, sin sacrificar su calidad o rendimiento.
- Conozca más sobre los productos que compra:
  - Base de datos de información de productos de consumo: [whatsinproducts.com](http://whatsinproducts.com)

