

LIMPIEZA MAS SEGURA PARA LA FAMILIA

Ingredientes Básicos



Jugo de Limón o Vinagre Blanco

Corta la grasa y la mugre (no use vinagre sin diluir si padece de asma).



Jabón Líquido

Libre de antibacterianos (triclosán) o de lauril sulfato de sodio (detergente). El jabón de Castilla es una buena opción.



Bicarbonato

Quita las manchas y la mugre; actúa como detergente en polvo.



Agua Oxigenada (solución al 3 %)

Funciona como desinfectante y quita las manchas.



Paño de Microfibra

La microfibra húmeda quita la suciedad y los gérmenes que pegan al polvo.



Cepillo Para Restregar

Ayuda a quitar las manchas y la mugre.

Recetas

Limpiador Multiusos: Cubiertas, Pisos, Aparatos, Paredes y Más

- Agua jabonosa: mezcle jabón líquido y agua tibia o caliente; el jugo de limón es opcional.
- Jabón líquido y 1 cucharada de bicarbonato. Luego, agregue jugo de limón y agua.
- Una parte de vinagre blanco y otra parte de agua.

Ventanas, Vidrios y Espejos

- Limpie con un paño de microfibra húmeda.
- Una parte de vinagre blanco o jugo de limón y otra de agua.

Lavabo, Tina y Azulejos

- Fregador cremoso: 2 tazas de bicarbonato, ½ taza de jabón líquido y un poco de jugo de limón.
- Mezcle el jabón líquido, el bicarbonato y 2 cucharaditas de agua oxigenada (solución al 3 %).
- Agua jabonosa y cepillo para restregar.

Inodoro

- Espolvoree bicarbonato en la taza y luego rocíe con vinagre. Deje remojar durante 30 minutos y cepille.
- Limpie el asiento del inodoro con agua oxigenada.

Eliminador de Hongos y Moho

- Ponga vinagre blanco y deje que se asiente sobre la superficie mohosa y limpie con agua jabonosa caliente.
- Mezcle el jabón líquido, el bicarbonato y 2 cucharaditas de agua oxigenada. Aplique a la superficie durante 30 minutos aproximadamente y luego limpie con agua jabonosa.

Destapador de desagües

- Vierta media taza de bicarbonato en el drenaje y luego ½ taza de vinagre. Después de entre 15 y 30 minutos, vierta en el drenaje 2 cuartos de galón de agua hirviendo.

Limpiador de Hornos

- Aplique una pasta de 1/4 de taza de bicarbonato, 2 cucharadas de sal y agua caliente y deje que asiente. Después de cinco minutos, restregue con un cepillo.

¡3 Pasos y Fuera Plagas!



Las cucarachas y roedores necesitan agua, alimento y refugio para vivir, al igual que nosotros. Esto es lo que usted y el propietario pueden hacer para deshacerse de ellas y prevenir que invadan su casa.

Las cucarachas muertas y las heces pueden causar alergia o asma.



SAN MATEO COUNTY HEALTH
**ENVIRONMENTAL
HEALTH SERVICES**



Eliminar el alimento, refugio, y agua de las plagas

Guarde los alimentos en recipientes herméticos y no deje la comida al aire libre. Las bolsas plásticas no protegen los alimentos; entran cucarachas y roedores fácilmente.

Las cucarachas se esconden detrás de la refri y dejan excremento (los puntitos café/negro), lo que puede causar alergia o asma, y es alimento para las cucarachas inmaduras! Límpielo.

Limpie la grasa, las migas, y los derrames con jabón y agua, y no deje platos sucios en el lavaplatos.

Las plagas esconden en cajas de cartón y entre pertenencias acumuladas, guarden cosas en recipientes sellados.

Saque la basura con frecuencia y enjuague a los envases reciclables antes de reciclarlos.

Evite uso de foggers, bombas y esprays – no penetran a los nidos y no matan la mayoría de las cucarachas (se ocultan en la pared).

Lláme con cualquier consulta sobre las plagas y enfermedades, el moho, y la limpieza menos tóxica
Cynthia Knowles (650) 207-3115, cknowles@smcgov.org



La causa del moho es humedad: Reducir la humedad

El exceso de humedad está causado por fugas y goteras de agua, falta de ventilación, exceso de pertenencias acumuladas (closet, piso), cartón, entre otros.

Ventilar abriendo ventanas y cortinas/persianas, y use ventiladores al cocinar y bañarse.

Seque las ventanas y paredes húmedas después de bañarse.

Separe de la pared los muebles, cama, y electrodomésticos (aquí hay calor y humedad).

No deje nada en el piso del closet; guarde la ropa, zapatos y otros en recipientes plásticos bien cerrados.

Recursos

Limpieza más sana y prevención de moho:
smchealth.org/healthyhome y bit.ly/ca-dph
Vivir más sana: womensvoices.org & ewg.org



Pedir al propietario reducir la humedad y prevenir la entrada a las plagas y plagas

Sellar las grietas y huecos en la dispensa y bajo el lavaplatos, y sellar el rodapié y alrededor los enchufes.

Arreglar las goteras de agua y sellar los huecos/agujeros alrededor la llave de agua y tubería de gas.

Asegurar que los ventiladores de cocina y baño funcionan adecuadamente.

Mantener las canaletas limpias e intactas, para que fluya el agua lejos del apartamento y agua lluviosa que no fluye.

Informe al propietario de las goteras y fugas de agua, y los huecos y grietas por la cañería, enchufes, y zócalo.

