

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA LIMPIEZA DE UNA CASA

Equipo básico de limpieza

Contar con el equipo adecuado y los productos necesarios para realizar la limpieza del hogar es fundamental para ganar tiempo y eficiencia. Cortes accidentales, quemaduras, ingestión de sustancias Los imprescindibles para realizar la limpieza.



1º) Recogedor, escoba

Infaltables para recoger el polvo a la usanza tradicional, aún teniendo aspirador siempre son necesarios. Colgar o poner boca arriba el recogedor para que no se deformen, lavar la escoba con agua jabonosa una vez al mes.

2º) Aspiradora

El electrodoméstico más práctico a la hora de limpiar la casa, no solo quita el polvo, restos de comidas de los tapizados, mesada, etc. sino que limpia moquetas y alfombras.

3º) Fregonas y cubos

Lo ideal es tener un cubo con agua jabonosa y otro con agua limpia para enjuagar el mocho. Evitar que el agua jabonosa se ensucie a medida que va fregando.

4º) Paños, trapos y bayetas

Aprovechar las toallas, sábanas o camisetas viejas para secar. Siempre hay preferencias para utilizar unos por otros, para los cristales los que no desprenden pelusa, la toalla para la vajilla por que absorben mejor el agua y los demás para atrapar el polvo. No mezclar las bayetas y estropajos del baño con las de la cocina.

3º) Cepillos

Necesitará un cepillo para ropa, uno pequeño para las juntas de los alicatados de baños y cocinas y otro para quitar manchas rebeldes de los suelos.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA LIMPIEZA DE UNA CASA



4º Elección de los productos de limpieza

Elegir los productos de limpieza es algo complicado, dependerán de las preferencias de la persona que limpia, pero su decisión no será fácil ya que la oferta del mercado es muy versátil.

Los productos básicos son: lavavajillas (uno para lavar a mano y otro para el lavavajillas), desinfectante como el amoníaco o lejía para fregar suelos y alicatados de la cocina y los baños; los productos complementarios como: bórax, alcohol de quemar, trementina, limpiacristales, desengrasante, etc.

Para quienes respetan el medio ambiente tienen la opción de utilizar los productos biodegradables para realizar una limpieza ecológica.

5º Los peligros y cuidados en la limpieza:

Siempre utilice guantes para manipular los productos de limpieza.

No deje los productos de limpieza al alcance de los niños.

Identifique los envases correctamente.

No mezcle los productos, por ejemplo: amoníaco y lejía despiden gases tóxicos nocivos para la salud y el medioambiente.

Cuando utilice productos fuertes, ventile bien el ambiente de trabajo, si no hay ventilación tome la precaución de salir usted de vez en cuando para renovar el aire.

La principales causas de accidentes en el hogar se deben a no tomar precauciones en el momento de realizar las tareas domésticas. Por ejemplo si

no llega a un lugar para terminar de limpiar, no arriesgue su vida asomándose a una ventana o haciendo equilibrio en las alturas.

Limpiar la cocina

Después del baño, la cocina es el lugar que más atención requiere.

Así como en el cuarto de baño la batalla se libra contra los gérmenes, en la cocina nuestro máximo contrincante es la grasa. A pesar de realizar la limpieza diaria, se deberá programar una limpieza semanal profunda, sobre todo donde se cocina diariamente fritos, comidas a la plancha, etc.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA LIMPIEZA DE UNA CASA



Utilice guantes para cuidar las manos de los agentes abrasivos que contienen los productos de limpieza. Productos para el trabajo: un limpiador desengrasante, un lavavajillas neutro, limpiador en crema o polvo antigérmicos, desinfectante como lejía o amoníaco y limpia suelos perfumado.

La cocina es el lugar donde se manipulan los alimentos, por eso la limpieza de los implementos y utensilios que usamos para preparar la comida deben estar perfectamente limpios y libres de gérmenes. En otras estancias bastara con un paño humedecido pero la grasa requiere otros procedimientos de limpieza. La grasa se adhiere a las superficies y es imposible de sacar por su consistencia. Necesitaremos un antigrasa que remueva sin dañar, ni rallar las superficies y que con un frotado se disuelva. El proceso tiene éxito en función al tiempo de actuación del desengrasante, la temperatura del agua que utilizamos en el aclarado y el tipo de acabado de la superficie a limpiar.

1º) Los accesorios para realizar la limpieza

Los utensilios imprescindibles serán una esponja de dos caras, una esponja de acero, un paño absorbente, mocho y aquellos implementos que usted considere necesarios. Las toallas o paños de cocinas usados habitualmente deben ser reemplazos y lavados con frecuencia. Para los derrames en el piso utilizar papel absorbente de cocina, nunca el paño habitual de la cocina. Las

esponjas hay que dejarlas sumergidas en productos desinfectantes como la lejía de vez en cuando y como los paños de cocina hay que reemplazarlas por nuevas con frecuencia.

2º) Los malos olores en la cocina

Hay tantos trucos como abuelas en las cocinas. Desde quemar eucalipto con unos granos de azúcar en una base de hierro, quemar azúcar negra o morena con ramas de canela o vainilla, quemar la piel de naranja o limón hasta hervir agua con vinagre blanco para sacar el olor a pescado.

Cómo limpiar el baño

El cuarto de baño es el sector de la casa donde más bacterias o gérmenes se acumulan al estar expuesto al depósito humano de materias orgánicas.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA LIMPIEZA DE UNA CASA



La higiene diaria es imprescindible para mantener la asepsia y evitar la humedad a través de una correcta ventilación. En el mercado encontramos una gran variedad de productos para aliviar nuestra tarea, pero el desinfectante esencial es la lejía o el amoníaco.

1º) Productos de limpieza:

Proteger las manos con guantes, los productos que se utilizan para la higiene del cuarto de baño son por lo general muy abrasivos, resecan la piel.

Los productos que podemos utilizar son muy diversos y son de libre elección, hay personas que prefieren solo utilizar lejía y un limpiador en crema; en cambio otros se inclinan por el amoníaco.

En el mercado se puede elegir entre los desinfectantes como la lejía o amoníaco, los limpiadores en polvo o crema algo abrasivos pero con

propiedades antigérmicas; los limpiadores para espejos y mamparas; los productos anticáliz para la grifería y otros productos especiales para water, bañeras, etc.

2º) Los complementos de limpieza:

Por otro lado también deberá contar con dos juegos de paños absorbentes y dos esponjas; para el inodoro y para el resto de los artefactos, no es conveniente utilizar los mismos elementos para el inodoro que para el resto del baño. Una escobilla de mango largo.

Y si hay lugar en el baño un recipiente para guardar todos los productos, si tiene niños cuide que no queden a su alcance.

3º) Por donde empezar

Retirar todos los productos de uso habitual que se encuentren sobre el lavamanos, la bañera, bidet, etc. para que sea más cómodo realizar la higiene. Sacar la papelera, poner las toallas en el cesto de la ropa sucia, sacar la balanza, el papel higiénico y todo lo que pueda entorpecer. La limpieza del baño se comienza siempre por los artefactos. Limpiar la bañera, sino tiene



CONSEJOS PRÁCTICOS PARA LA LIMPIEZA DE UNA CASA

comenzar por el plato de ducha, luego seguir con el lavamanos, el bidet y el inodoro, de esta forma evitara volver a limpiar los azulejos o el alicatado en el caso que salpique cuando limpie los artefactos.

Observaciones:

La cortina del baño hay que lavarla una vez al mes en la lavadora para evitar la formación de hongos. Al limpiar el alicatado repase la puerta y marcos. La mezcla de dos desinfectantes (lejía y amoníaco) eliminan gases que son tóxicos para nuestro organismo. Dejar puerta y ventanas abiertas al limpiar el baño para evitar la condensación de los mismos.

Trucos:

Los sanitarios con el tiempo se ponen amarillentos, prepare una solución de esencia de trementina y sal para recuperar el blanco de los artefactos. Hay que dejar actuar por un rato y después lavar con agua jabonosa bien caliente y aclarar con agua fría.

Las esponjas personales, hay que aclararlas con abundante agua después de utilizarlas. Retirar los cabellos que pueda tener y poner en remojo en agua con sal. Para el mal olor sumergir en agua con limón.