

INSTITUTO DE PERMACULTURA E ECOVILAS DA MATA ATLÂNTICA

[IPEMA](#)[Permacultura](#)[Técnicas Alternativas](#)[serviços](#)[Links](#)[Contate-nos](#)

RECEITAS DE PRODUTOS DE LIMPEZA ECOLÓGICOS

Ajude a minimizar o impacto que causamos no planeta, faça seus próprios produtos de limpeza. Além de contribuir para saúde da Mãe Terra, você também fará uma boa economia. Confira e veja a diferença no fim do mês!

SABÃO LÍQUIDO PARA LOUÇA

- 2 litros de água
- 1 sabão caseiro ralado
- 1 colher de Óleo de Rícino
- 1 colher de Açúcar.

Ferver todos os ingredientes até dissolver e engarrafar.

DETERGENTE ECOLÓGICO

- 1 pedaço de sabão de coco neutro
- 2 limões
- 4 colheres de sopa de amoníaco (que é biodegradável)

Derreta o sabão de coco, picado ou ralado, em um litro de água. Depois, acrescente cinco litros de água fria. Em seguida, esprema os limões. Por último, despeje o amoníaco e misture bem. Guarde o produto resultante em garrafas e utilize-o no lugar dos similares comerciais. Você obterá seis litros de um detergente que limpa, não polui, cujo valor econômico é incomparavelmente menor do que o do similar industrializado.

DETERGENTE ECOLÓGICO MULTIUSO

- Água
- Vinagre
- Amônia líquida (amoníaco)
- Bicarbonato de sódio e ácido bórico

Em um litro de água morna (cerca de 45° C), coloque uma colher de sopa de vinagre, uma colher de sopa de amoníaco, uma colher de sopa de bicarbonato de sódio e uma colher de sopa de bórax ou ácido bórico. Utilize em qualquer tipo de limpeza, em substituição aos multiusos convencionais. Como qualquer produto de limpeza convencional, mantenha os detergentes ecológicos fora do alcance de crianças e animais domésticos. Fonte: Planeta na Web.

DESINFETANTE PARA BANHEIRO

- 1 litro de Álcool (de preferência 70°)
- 4 litros de água
- 1 Sabão Caseiro
- Folhas de Eucalipto

Deixar as folhas de eucalipto de molho no álcool por 2 dias. Ferver 1 litro de água com o sabão ralado, até dissolver. Juntar a água e a essência de eucalipto. Engarrafar.

AMACIANTE DE ROUPAS

- 5 litros de Água
- 4 colheres de Glicerina
- 1 Sabonete ralado
- 2 colheres de sopa de Leite de Rosas.

Ferver 1 litro de água com o sabonete ralado até dissolver. Acrescentar mais 4 litros de água fria, as 4 colheres de glicerina e as 2 colheres de Leite de Rosas. Mexer bem até misturar e depois engarrafar.

LIMPANDO JANELAS E ESPELHOS: Para limpeza de rotina, use 3 colheres de vinagre diluídas em 11 litros de água quente. Se o vidro estiver muito sujo, primeiro limpe-o com água e sabão. Para secar superfícies, utilize tecido de algodão reutilizado ou jornais velhos. Fonte: Greepeace

PARA LIMPAR E DESODORIZAR CARPETES E TAPETES: Misture duas partes de fubá com uma parte de bórax. Pulverize generosamente, deixe descansar por uma hora e aspire. Uma desodorização rápida pode ser obtida pulverizando-se o carpete com bicarbonato e aspirando logo a seguir. Fonte: Greepeace

PARA AMACIAR SUAS ROUPAS Adicione 1/2 copo de vinagre ou 1/4 de copo de bicarbonato durante o enxágüe. Fonte: Greepeace.

LIMPANDO O BANHEIRO Para limpeza geral de banheiros, use escova com bicarbonato de sódio e água quente. Para pias, despeje vinagre e deixe descansar durante a noite, enxaguando pela manhã. Para limpar bacias, aplique uma pasta de bórax e suco de limão. Deixe por algumas horas e dê descarga. Ou utilize uma solução forte de vinagre. Fonte: Greepeace.

PARA LIMPAR VIDROS E TIRAR GORDURA: Use uma solução de vinagre ou limão diluídos em água.

PARA LIMPAR O FORNO Basta uma solução de água quente com bicarbonato de sódio, que deve ser passada com um pano fino.

PARA LIMPAR PANEIS E FORMAS QUEIMADAS: Cubra a área com uma fina camada de bicarbonato de sódio e água e deixe descansar por algumas horas antes de lavar.

OUTRO LIMPADOR PARA JANELAS Misture 1/2 xícara de álcool, 2 xícaras de água e uma colher de sopa de amoníaco. Coloque luvas e aplique a solução com um pedaço de pano.

JANELAS E ESQUADRIAS DE ALUMÍNIO Para manter janelas e esquadrias de alumínio sempre brilhando como novas, é só limpá-las uma vez por mês com uma mistura de óleo de cozinha e álcool, em partes iguais. Em seguida é só passar um pano macio ou flanela. Fonte: Livro Sebastiana Quebra-Galho, de Nenzinha Machado Salles.

LIMPADOR PARA PISOS DE CERÂMICA Misture no seu balde de limpeza, aproximadamente 3,5 litros de água com 3/4 de xícara de vinagre branco e 1/2 xícara de amoníaco. Lave o piso como de costume. Fonte: Casa Club TV.

NO LUGAR DA NAFTALINA A naftalina afeta o fígado e os rins, utilize sachês com flores de lavanda em seu lugar.

DESODORANTE DE AMBIENTE Pode ser substituído por uma solução de ervas com vinagre ou suco de limão. Além de gastar menos dinheiro, você vai estar evitando produtos responsáveis pelo aumento de doenças respiratórias e alergias. Fonte: WWF Brasil.

RECEITAS DE SABÃO

Fonte: Centro Ecológico :

<http://www.ifil.org/rcs/tecnologia/limpeza.htm#fonte>

PERGUNTAS PARA EMAIL: centro.ecologico@nol.com.br

*** * * * *** **Alerta:** Siga corretamente as proporções e orientações das receitas. A soda cáustica deve ser manuseada com cuidado, para não queimar as mãos (e outras partes do corpo) nem ser aspirada. Muitas receitas foram desenvolvidas, testadas e aprovadas ao longo dos anos, principalmente pelas mulheres do meio rural. Procurando minimizar os impactos do uso de "produtos de limpeza" no meio ambiente e na saúde humana e também, porque não, economizar, buscou-se na memória destas mulheres, e em antigas anotações, receitas práticas, mais baratas e, o mais importante, que não colocam em risco a saúde de ninguém. Aí vão algumas:

SABÃO

O Sabão Caseiro tem como ingredientes básicos:

- Gordura
- Soda Cáustica
- Água

A gordura pode ser sebo de gado, banha ou gordura de aves, que dá um sabão de boa qualidade, desde que misturada à outra. Abacate, quando está sobrando, também pode ser usado como base gordurosa. Pode-se também aproveitar sobras de gordura da cozinha. Antes do uso, elas devem ser lavadas assim: 1 parte de água 1 parte de gordura. Levar ao fogo para ferver. Tirar do fogo, mexer bem e acrescentar 1 litro de água fria para cada litro quente. As substâncias estranhas ficarão depositadas no fundo do recipiente. Quando fria, a gordura ficará solidificada, podendo ser removida. Se estiver muito suja, deve-se repetir a operação. Este processo é bom porque ajuda a tirar o sal da gordura das

frituras. A Soda é um mineral, encontrado na natureza em diferentes estados de pureza. Deve ser manuseada com cuidado para não queimar as mãos nem ser aspirado. E sempre bom usar soda de boa qualidade para produzir um bom sabão.

SABÃO NEUTRO OU SABÃO DE ALCOOL

- 4 Kg de Gordura Animal
- 2 latas de Óleo de Soja
- 1 Kg de Soda
- 3 litros de Água morna
- 5 litros de Álcool

Derreter a gordura. Acrescentar o óleo de soja. Esperar esfriar um pouco. Juntar o álcool, a soda (dissolvida em um pouco de água) e o restante da água. Pode-se substituir as duas latas de óleo de soja por um 1 Kg de gordura animal. O álcool pode ser substituído por cachaça. Não se deve usar vasilhas de alumínio. A água que será utilizada no sabão pode ser suco ou chá das seguintes plantas: folha de mamão; raiz de guanxuma, eucalipto cidró, hortelã, bardana, tanchagem e babosa. Se você quiser: Sabão para limpeza (roupa, cozinha, etc.) use folha de mamão e raiz de guanxuma. Sabão desinfetante para limpeza de utensílios (tachos, tarros, outros vasilhames, estrebaria, etc.), use: eucalipto cidró, hortelã, própolis (2 colheres de tintura). Pode também ser usado como sabonete:

- Sabão medicinal para queda de cabelo e problemas de pele, use: bardana e calêndula
- Escurecer cabelo, use: babosa
- Clarear cabelo, use: camomila
- Para uso diário na higiene pessoal, escolha entre: babosa, própolis, bardana, camomila ou tanchagem

Você pode também fazer esta receita e depois juntar 500gr do sabão pronto ralado com 1/2 copo de suco de uma destas plantas, levar ao fogo até derreter, colocar em forma, deixar esfriar e cortar em pedacinhos.

SABÃO FRIO

- 12 litros de água
- 1Kg de farinha de milho
- 1Kg de soda
- 4Kg de sebo cozido

Derreter o sebo num tacho ou recipiente grande. Dissolver a farinha de milho em 6 litros de água. Dissolver a soda nos outros 6 litros de água. Misturar tudo e mexer por 40 minutos. Colocar em formas, deixar secar e cortar.

SABÃO DE ABACATE

- 5 Kg de massa de abacate
- 1/2 Kg de sebo derretido ou banha
- 400 g de soda comercial 150 g de breu (encontrado em ferragens ou casas de produtos químicos)

Colher o abacate com cuidado para não machucá-lo e guardá-lo à sombra, até que fique maduro. Após maduro, cortar o abacate ao meio e separar o caroço e a casca da massa. Colocar toda a massa numa vasilha bem limpa e acrescentar a soda, sebo ou banha e o breu. Mexer por uma hora. Colocar numa caixa forrada com plástico e deixar 24 horas para secar (dependendo da umidade do ar, algumas vezes é necessário deixar mais tempo). Cortar em barras. Para maior consistência, acrescentar 2 a 3 colheres de sopa de farinha de milho ou cinzas.

SABÃO DE ERVAS

- 5 Kg de gordura
- 2,5 Kg de sebo derretido
- 2,5 Kg de óleo de cozinha (usado), banha ou gordura de galinha derretida.
- 1 Kg de soda
- 4 litros de álcool
- 4 litros de água ou suco de ervas (tanchagem, babosa, capuchinha, trapoeraba, confrei, calêndula, macaé, eucalipto).

Triturar as ervas e coar. Esquentar o sebo junto com o óleo. Misturar, fora do fogo, o álcool no sebo quente. Misturar a soda com água ou suco de ervas em recipiente não corrosivo. Acrescentar o sebo com o óleo nesta mesma mistura. Misturar bem até espumar. Colocar nas formas. Deixar esfriar e estará pronto para cortar.

SABÃO DE MILHO

- 6 litros de água
- 1/2 Kg de soda cáustica
- 2 Kg de banha ou sebo

- 1/2 Kg de farinha de milho

Misturar em uma bacia 3 litros de água fervida com a soda cáustica. Acrescentar a banha ou sebo. Desmanchar a farinha de milho nos outros 3 litros de água fria. Adicionar à mistura anterior e mexer bastante, durante 15 minutos. Despejar a massa numa caixa forrada com plástico. Deixar descansar 3 dias antes de usar.

SABÃO DE CINZA

- 5 Kg de Sebo
- 2,5 Kg de Cinzas
- 5 litros de Água
- 0,5 Kg de Soda Cáustica

Derreter o sebo em fogo lento até ficar uniforme. Ferver as cinzas juntamente com a água por 4 horas. Deixe a cinza assentar e use somente a água para juntar com o sebo. Mexer bem. Juntar devagar a soda, já fora do fogo, e mexer bem até dissolver. Colocar em formas. A cinza tem um alto poder de branquear. Para clarear toalhas de prato, colocá-las de molho, ensaboadas, em um balde com uma "trouxinha" de cinzas. Lavar normalmente no dia seguinte.

DUVIDAS:

Muitas pessoas nos escrevem com dúvidas, tentamos responder algumas mas é importante informar que compilamos este material através de pesquisa na internet e de informações das pessoas (boca a boca, receita da vovó, etc.)

A idéia de disponibilizar no site as receitas de produtos ecológicos de limpeza e beleza surgiu como uma forma de informar as pessoas uma maneira de minimizar os impactos que os produtos de limpeza comerciais tem em nós e na natureza. Na verdade, nós não somos especialistas no assunto e nem todas as receitas foram testadas. O melhor a fazer é experimentar, tentar seguir as receitas e ver o que acontece, algumas nós testamos e tivemos bons resultados. Alguns dados nos faltam como a validade dos produtos, mas por serem naturais e não terem conservantes, podem não durar muito.

Local onde comprar Material em São Paulo:

Em São Paulo, parte do material pode ser adquirido na **Rua Martins Fontes, no Centro, próximo ao Metrô da Praça da Sé e do Poupa Tempo.**

SITES COM MAIS INFORMAÇÕES SOBRE PRODUTOS ECOLÓGICOS:

<http://www.apoema.com.br>

http://www.ipetrans.hpg.ig.com.br/REC_PROD_LIMPEZA%20ALTERNATIVOS.htm

http://www.conpet.gov.br/comofazer/comofazer_int.php?segmento=consumidor&id_comofazer_serie=70

http://geocities.yahoo.com.br/escolhavegan/produtos_de_limpeza.htm

http://www.auxi.com.br/paginas/porque_usar.htm

APROVITEM A PESQUISA E PRATIQUEM, PORQUE AS GRANDES MUDANÇAS E TRANSFORMAÇÕES MUNDIAS COMEÇAM EM CASA.



[início](#)

[receitas de cosméticos](#)

[contate - nos](#)