

**COLECCIONANDO SOSTENIBILIDAD CROMO 8**

**EFICIENCIA 65**

**AHORRO 60**

**ESFUERZO 90**

**CRONO DE CONSUMO RESPONSABLE**

**Octubre...  
CUANDO LIMPIÉIS...  
NO ENSUCIÉIS**

[www.miteco.gob.es/es/ceneam/](http://www.miteco.gob.es/es/ceneam/)

Algunos productos de limpieza tienen componentes nocivos para nuestra salud y el medio ambiente que quedan en el agua, en el suelo o en el aire. Su uso racional y el empleo de alternativas más sostenibles pueden ayudar a aminorar este problema.

### DESCRIPCION

Cuando nos enfrentamos a la sección de droguería del supermercado, vemos una inmensa cantidad de marcas y de productos de todo tipo, muchos de ellos muy específicos para limpiezas concretas. Algunos de estos productos, además, contienen sustancias que pueden generar impacto a nuestra propia salud de forma directa (inhalando sus vapores o por contacto directo con los restos de los productos y su manipulación) y sobre el medio ambiente. Como consecuencia, la elección de estos productos puede convertirse en un asunto complicado.

Por otro lado, hay veces que nos dejamos llevar por un exceso de celo en el nivel de limpieza y en la periodicidad de esta. No hace falta lavar las sábanas o toallas todos los días, o lavar con jabón un vaso cada vez que bebas agua de él. Como estos hay muchos ejemplos y el sentido común nos puede ayudar a encontrar el equilibrio.

Es necesario pues, por un lado, informarnos sobre cuáles son las sustancias que componen los productos de limpieza para poder llevar a cabo una elección responsable para con nuestra salud y la del planeta y tratar de hacer un uso adecuado de los mismos.

### BUENAS PRÁCTICAS

Sugerencias para “limpiar de forma limpia”:

- Usa los productos de limpieza de forma proporcionada. Hay veces que no es necesario utilizar productos de alto nivel de desinfección, pudiendo limpiar simplemente con agua o paños húmedos.
- Utiliza la cantidad de producto y periodicidad de uso recomendada por el fabricante.
- Utiliza detergentes sin fosfatos.
- Elige los productos teniendo en cuenta su reciclabilidad (por ejemplo, hay bayetas y estropajos reciclables) y biodegradabilidad (como ejemplo, detergentes biodegradables o bolsas de basura compostables).
- En el caso de aerosoles, usa los que no lleven propelentes que afecten a la capa de ozono.
- Trata de maximizar el uso de los productos antes de lavarlos para evitar gasto de agua y un vertido excesivo.
- Opta por la compra de productos de limpieza a granel o concentrados para evitar el uso excesivo de envases.
- No uses abrillantador en los lavavajillas si tu agua no es excesivamente dura.
- Investiga sobre limpiadores naturales que incluso puedes fabricarte tu mism@. El agua, el jabón suave, el limón, el bicarbonato y el vinagre pueden con casi todo.
- Otra opción es tratar de adquirir productos de limpieza con etiqueta ecológica.
- Reflexiona sobre la importancia de llevar el coche limpio y el impacto que produce su lavado y a partir de ahí decide la periodicidad con que lo vas a lavar.
- El mejor consejo: No es más limpio el que más limpia, sino el que menos ensucia.

- [https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/etiqueta-ecologica-de-la-union-europea/limpieza\\_tcm30-185108.pdf](https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/etiqueta-ecologica-de-la-union-europea/limpieza_tcm30-185108.pdf)

- [https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/etiqueta-ecologica-de-la-union-europea/etiqueta-ecologica-europea/grupos\\_producto.html](https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/etiqueta-ecologica-de-la-union-europea/etiqueta-ecologica-europea/grupos_producto.html)

- [https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/ambienta\\_tcm30-171572.pdf](https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/ambienta_tcm30-171572.pdf)

- Más documentos disponibles en el Centro de Documentación del CENEAM