

O **Grupo Mulher Brasileira** é uma organização de base fundada em 1995 por um grupo de mulheres interessadas em incentivar a participação política dentro da comunidade brasileira na Grande Boston. Crescendo primeiro entre amigas e depois aberto à comunidade, o GMB destaca-se como o mais ativo grupo de brasileiras na área de Boston, dando oportunidades a vozes que não seriam ouvidas sem seu incentivo.

O Grupo é uma organização não-governamental que funciona através da obtenção de verbas e outras doações.

Entre seus patrocinadores destacam-se:

Boston Women's Fund

Tufts University

UMass/Lowell

Catholic Charities for Human Development (CCHD) Resist

Para mais informações, acesse www.verdeamarelo.org ou ligue (617) 781-0557, ramais 14 e 15.



Como fazer e usar os produtos de limpeza

Livreto patrocinado através de verba do TURI– Toxics Use Reduction Institute – da Universidade de Massachusetts em Lowell

Realização
Grupo Mulher Brasileira

Sumário:

As quatro receitas de produtos de limpeza, Fantastic, Fabulous, Magic e Amazing, testados pelo Laboratório Soluções de Superfície do Instituto para Redução do Uso de Tóxicos de Massachusetts atingiram ou excederam as metodologias de teste de laboratório e os padrões do Green Seal GS 37, quando comparados com produtos de limpeza tradicionais.

As receitas incluídas neste livreto foram desenvolvidas com base no livro *Clean House, Clean Planet*, de Karen Logan, por iniciativa de Monica Chianelli, idealizadora e coordenadora da Cooperativa Vida Verde nos primeiros dois anos.

≈≈≈≈

*Coordenadoras:
Helen Sinzker
Kenia Santiago
Ruth Alves*

Janeiro de 2009

Referências

Ammonia

http://www.health.state.ny.us/environmental/emergency/chemical_terrorism/docs/ammonia_general.pdf

Why is bleach bad?

<http://www.howtodothings.com/home-garden/how-to-understand-why-bleach-is-bad>

Butil Celosolve

<http://www.thegoodhuman.com/2007/10/18/what-is-butyl-cellosolve-and-why-you-should-avoid-it/>

Formaldehyde

<http://www.atsdr.cdc.gov/mhmi/mmg111.html>

Formaldehyde and Cancer

<http://query.nytimes.com/gst/fullpage.html?res=9B0DE7DC1F38F934A25757COA961948260>

Hydrofluoric acid

<http://www.carwash.com/articleprint.asp?print=1&IndexID=4230101>

Sulfuric acid

<http://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/eleventh/profiles/s164sulf.pdf>

Borax

<http://chemistry.about.com/od/howthingsworkfaqs/a/howboraxworks.htm>

Informação do Laboratório TURI:

Receitas para limpar da Cooperativa Vida Verde do GMB

Produto de Limpeza Geral (All Purpose Cleaner): As receitas dos produtos de limpeza doméstica da Vida Verde, Fantastic, Fabulous e Magic, apresentaram uma média geral de eficiência superior a 85% e foram consideradas eficientes com base na metodologia usada para testar produtos de limpeza geral e pelos requisitos do Green Seal GS 37 do Laboratório Soluções de Superfície do Instituto para Redução do Uso de Tóxicos de Massachusetts. Os três limpadores da Vida Verde foram eficazes na remoção de detritos de laboratório com uma ação manual de limpeza. Cada uma das três formulações apresentaram desempenho no mesmo nível do que o produto de limpeza tradicional contra o qual foi testado, Fórmula 409 All Purpose Cleaner.

Limpa Banheiro: As receitas Vida Verde para limpar banheiro, Fantastic e Magic, apresentaram nível de eficiência média superior a 90% e foram consideradas eficazes com base na metodologia usada para testar produtos de limpeza geral e pelos requisitos do Green Seal GS 37 do Laboratório Soluções de Superfície do Instituto para Redução do Uso de Tóxicos de Massachusetts. Os dois produtos de limpeza Vida Verde foram eficazes na remoção de detritos de laboratório de banheiro com uma ação manual de limpeza. Cada uma das duas formulações apresentaram desempenho melhor do que o produto de limpeza tradicional contra o qual foi testado, Comet Bathroom Cleaner.

Limpa-Vidro: A receita Vida Verde de limpador de vidro Amazing apresentou nível de eficiência média superior a 95% e é considerada eficaz com base na metodologia usada para testar produtos de limpeza geral e pelos requisitos do Green Seal GS 37 do Laboratório Soluções de Superfície do Instituto para Redução do Uso de Tóxicos de Massachusetts. O limpa-vidro Vida Verde removeu a maioria dos detritos de sabão usando-se limpeza manual. As estrias observadas no teste de formulação Vida Verde foram inferiores as do produto de limpeza tradicional contra o qual foi testado, Windex. O produto de limpeza Vida Verde apresentou desempenho no mesmo nível que o produto de limpeza tradicional contra o qual foi testado de forma geral.

Missão:

Apoiar as *housecleaners* brasileiras em seu desenvolvimento profissional, promovendo na comunidade métodos saudáveis de limpeza que não agridam o meio ambiente.

História

Mônica Chianelli – *housecleaner* e voluntária do Grupo Mulher Brasileira (GMB) -- começou a pesquisar e usar produtos de limpeza naturais para substituir os químicos tóxicos que faziam mal à sua saúde. Paralelamente, o Projeto Parceria, da Universidade de Massachusetts em Lowell, fazia um trabalho de conscientização sobre saúde e segurança no trabalho. Em 2004, Mônica uniu-se, então, ao Projeto Parceria e viajou pelo Estado fazendo palestras em igrejas da comunidade brasileira sobre os riscos dos produtos químicos para a saúde. Enquanto isso, o professor David Gute, da Tufts University, interessado em desenvolver um projeto comunitário, entrou em contato com o *Immigrant Services Providers Group (ISPG/ Health)* em Somerville - do qual o GMB participa – que se interessou pela área de “justiça ambiental” (“*environmental justice*”, em inglês) e aceitou fazer parte da iniciativa. Assim, foi possível criar a cooperativa Vida Verde financiada pelo *National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH)*. O professor Gute, da Escola de Engenharia da Tufts, é o investigador principal. Além da oportunidade de aprender a fazer e usar os produtos não tóxicos, as *housecleaners* da Vida Verde coordenam seus próprios *schedules* de limpeza, livrando-se da exploração a que muitas *helpers* são submetidas.

Essa grande ousadia

O objetivo principal em divulgar essas receitas é incentivar o uso de produtos não tóxicos para a limpeza de casas e escritórios, preservando tanto a saúde das faxineiras em contato direto com os produtos quanto das pessoas que convivem nos ambientes em que elas limpam. A limpeza com produtos caseiros e naturais segue uma tendência mundial de preservação do meio ambiente ao considerar a necessidade urgente de se interromper a contaminação geral dos rios e oceanos.

Embora vistos como mais “leves,” os produtos funcionam e agradam. Entre as *housecleaners* da cooperativa foi notada a ausência de mal-estar no trabalho – antes uma sensação comum relacionada aos produtos químicos geralmente usados na limpeza de residências, escolas e escritórios e normalmente vendidos nos supermercados. (Veja a página 10 para mais detalhes)

O laboratório do TURI comprovou que os produtos usados pela Vida Verde não são tóxicos e que são eficazes tanto quanto ou mais que os tradicionais.

Veja a conclusão do TURI:

As receitas dos produtos de limpeza **Fantastic, Fabulous e Magic** da Vida Verde têm uma média de eficiência acima de 85% e são consideradas eficazes com base na metodologia de testes do laboratório do TURI para produtos de limpeza gerais e para os requisitos do Green Seal GS 37. Cada uma das três fórmulas teve o mesmo nível de desempenho dos produtos tradicionais.

O Green Seal GS 37 significa que os produtos:

- Têm alto nível de degradabilidade
- Não são nocivos às vidas aquáticas
- Funcionam para a limpeza

www.turi.org/content/download/1972/10243/file/Product%20Labeling.ps

MAGIC

Sabão antisséptico

Garrafinha de plástico/ Spray bottle	
Água –	2 ½ xícaras
Sabão –	3 colheres (teaspoons)
Óleo essencial Tea tree -	30 gotas

Borrife este produto mágico em um pano e passe nos brinquedos, vaso, pia, banheira, etc.

Esfregue a banheira, a pia e o lado de dentro da privada com **Borax** e **Magic**. Enxague com um pano úmido ou passe **Amazing** (ou **Fabulous**) por cima e seque com um pano. Dust

Dust-Away

Para lustrar móveis e limpar assoalhos

Garrafinha de água / Spray bottle	
Água -	2 xícaras
Vinagre –	¼ de xícara
Óleo light –	1 colher (teaspoon)
Óleo essencial –	20 gotas

Agite antes de usar. Borrife num pano e passe na mobília. Seque imediatamente. Use para limpar armários, mobília em geral e assoalhos. (O óleo condiciona e o vinagre limpa.)

Químicos comuns em produtos de limpeza e alguns dos riscos para a saúde associados com estes produtos

1. **Amônia** – usado para fabricar plásticos, explosivos, tinta, pano e alguns pesticidas, a amônia é um dos ingredientes mais comuns em produtos para limpar vidros, desinfetantes, vasos sanitários, lustrador de móveis, entre outros. Os **riscos para a saúde** por causa da amônia são sérios, pois a amônia é um gás corrosivo. Respirar perto de um produto que contém amônia, sem proteção especial para o nariz, pode causar imediata irritação nos olhos, no nariz e na garganta e este gás também pode causar cegueira.
2. **Água Sanitária** – Possivelmente um dos produtos mais usados em limpeza, especialmente de banheiros e em lavanderia, a água sanitária pode ser facilmente usada em excesso e pode causar problemas sérios para pessoas e para o meio ambiente. **Riscos de saúde:** a mistura de água sanitária e amônia pode causar uma fumaça tão forte que pode levar ao colapso dos pulmões. Se entrar em contato com a pele, a água sanitária pode queimar. Se misturada com sabão, pode criar “gás de mostarda” , o mesmo que foi usado durante a primeira Guerra Mundial para matar inimigos. A água sanitária misturada com qualquer substância orgânica pode gerar clorofórmio, uma substância cancerígena. Isso pode acontecer durante uma ação simples, como quando alguém limpa o balcão da cozinha.

3. Butil Celosolve – Encontrado em limpadores de vidro, de fogão e produtos anunciados como excelentes para limpar gordura ou graxa”, além disso, em limpadores de tapete e removedores de manchas. **Riscos de saúde:** feito por Eastman Kodak, este químico, que tem um cheiro doce, é associado com problemas reprodutivos, redução da fertilidade, morte embrionária e defeitos de nascença. Estas deduções são baseadas em estudos feitos com animais. Em humanos, este químico é associado a problemas sérios com os rins e o fígado, sendo também uma neurotoxina que pode destruir o sistema nervoso.

4. Formaldeído – Usado como um desinfetante, germicida e fluído para embalsamento, formaldeído está entre os 25 produtos que mais produzem químicos no mundo. É encontrado em plásticos, espelhos, explosivos, seda artificial, corantes e na fabricação de fertilizantes de lenta liberação. Também é encontrado em borracha, comida, maquiagem, petróleo, farmacêuticos e indústrias têxteis. **Riscos de saúde:** pessoas sensíveis a formaldeído não precisam nem cheirar para serem vítimas de dores de cabeça insuportáveis. As crianças são ainda mais sensíveis e demonstram sinais de dificuldades respiratórias. Ardência dos olhos, bronquite, asma pneumonia e dermatites são alguns dos efeitos que podem ocorrer se as crianças entrarem em contato com este químico. De acordo com a Agência de Proteção do Meio Ambiente, num relatório especial de 1987, formaldeído causa câncer.

5. Ácido hidrófluorídrico- Com uma variedade de usos industriais, este química, altamente corrosivo, é também um ingrediente em metal e em produtos que limpam vasos sanitários. **Riscos de Saúde:** mais de 1.000 queimaduras resultantes do IC são notificados todo ano. É

Terrific Lustra-móveis

Garrafinha de plástico

Óleo light	¾ de xícara
Vinagre	¼ de xícara
Óleo essencial	40 gotas

Agite antes de usar.

Borrife o produto num pano ou direto no chão ou nos móveis. Limpe com um pano imediatamente. O óleo condiciona e o vinagre limpa. Use para limpar armários de cozinha, móveis e piso de madeira. Para pisos laminados use um frasco de borrifar.

Fabulous Para o assoalho/ Floor cleaner

Garrafinha / spray bottle

Água:	2 ½ xícaras
Vinagre:	½ xícara
Óleo essencial:	20 gotas

Borrife o produto em um pano úmido e use um mop. É recomendado para o assoalho de madeira, de cerâmica ou os que têm o revestimento chamado linoleum (que foi feito originalmente com as sementes de linhaça, sabia? Antes do plástico.)

Este produto também é recomendado para limpar superfícies depois de se usar um produto que contenha sabão. É excelente para limpar mofo e para eliminar cheiros desagradáveis, especialmente na banheira.

Para manchas, use um pouquinho de bicarbonato de sódio (banking soda) e esfregue.

Fantastic
"All-purpose cleaner"

Garrafinha de plástico/ Spray bottle

Borax-	1 colher (teaspoon)
Bicarbonato-	½ colher (teaspoon)
Vinagre –	2 colheres (teaspoons)
Água	450 ml
Sabao castilho	¼ de xícara

Borrife e passe um pano umedecido com água ou com os produtos **Amazing** ou **Fabulous** que vão tirar a camada fina de sabão (soap film). Excelente na cozinha para a bancada e os armários ou dentro do micro-ondas.

Amazing
"Limpa-vidros"

Garrafinha de Plástico/Spray bottle

Água –	2 xícaras
Vinagre –	1 xícara
Óleo essencial –	20 gotas

Borrife na superfície de vidro e passe um pano macio seco. Esse produto é ótimo para combater odores, prevenir mofo e dissolver manchas de sabão e depósitos minerais de água evaporada. Borrife nas paredes de banheiras e na cortina do banheiro pra prevenir o acúmulo de sabão (soap build-up). Excelente para limpar o fogão. Borrife Amazing, use a bucha da cozinha e seque com um pano.

extremamente perigoso, pois corroem as luvas que servem de proteção para outros produtos. É conhecido por destruir vidro que, de outro modo, é indestrutível. Em contato com os olhos, pode causar cegueira. É também muito tóxico quando inalado.

6. Clorídrico e ácidos fosfóricos-- Encontrado em "produtos de limpeza que "limpam tudo", estes produtos químicos são altamente corrosivos. **Riscos de Saúde** incluem feridas graves, se em contato com a pele. Eles também podem causar danos ao fígado e ao sistema nervoso central. Se eles entrarem em contato com os olhos, podem causar cegueira.

7. Ácido sulfúrico -- Utilizado em fertilizantes agrícolas, em plásticos, tintas, produtos farmacêuticos, sabões e detergentes, este é também um ingrediente comum em limpadores de vasos sanitários, assim como em metal. **Riscos de Saúde** incluem queimaduras da pele,

Regras básicas para o sucesso da fabricação dos produtos de limpeza

Use vinagre branco com 5% de acidez.

Use água purificada para que os minerais existentes na água comum não interfiram nos outros ingredientes.

Nunca reutilize embalagens que foram de produtos químicos comerciais. **Reutilize garrafinhas de água.**

Coloque sempre a etiqueta relacionando a lista dos ingredientes.

Lembre-se de que a Vitamina E pode ser usada como conservante.

Para assegurar a eficácia das receitas, use ingredientes de boa qualidade.

Use luvas antialérgicas.

Produtos básicos para se criar as receitas da limpeza Natural

Vinagre – Elimina resíduos de sabão e resíduos minerais da água, além de limpar bem a gordura. Mata germes por causa de seu conteúdo ácido.

Água – Solvente universal.

Borax – produto mineral composto de água, oxigênio, sódio e boro. Possui propriedades antissépticas, antifúngicas e antibacterianas, além de ajudar a evitar o crescimento de fungos e mofo. Atenção: Borax é veneno se for ingerido. Mantenha longe do alcance das crianças e dos animais domésticos!

Atualização de 2016: Bórax pode causar efeitos sobre o sistema respiratório e irritação na pele, em adição apresenta alta possibilidade de causar toxicidade no sistema reprodutivo. Recomenda-se evitar o uso de bórax.

Recomenda-se usar esta receita sem Borax.

Bicarbonato de Sódio (Baking Soda) - É eficiente na absorção de odores e ajuda a desprender a sujeira, até mesmo a comida grudada na panela. É só colocar de molho e esperar um pouco.

Sabão Vegetal/Castile Soap – Sabão biodegradável composto por óleos vegetais. É eficiente na remoção de gordura e sujeira.