Projeto Mulheres da Mata apresenta:

Material de Limpeza Agroecológica

Texto: Laís da Rocha Dutra

Revisão: Wanessa Marinho

Ilustrações: www.freepik.com

Diagramação: Wanessa Marinho

Índice

Quem somos? ~~~~ pág 2
Convencional X Agroecológico ~~~~ pág 3
Vantagens ~~~~ pág 4
Práticas para cuidar da casa ~~~~ pág 4
Receitas de Produtos de Limpeza Agroecológicos ~~~~ pág 6
Comercialização ~~~~ pág 16

Quem somos?

O projeto “Mulheres da Mata: Sustentabilidade com Autonomia Econômica” é desenvolvido pelo Programa “Mulheres e Agroecologia”, do Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata (CTA-ZM), com o importante apoio do Fundo Socioambiental Caixa.

Este projeto busca contribuir para a superação das desigualdades de gênero, a partir do acesso das mulheres rurais às políticas públicas voltadas para a agricultura familiar. Além disso, o seu principal objetivo é fortalecer a autonomia econômica das mulheres rurais da Zona da Mata mineira.

O CTA-ZM, fundado em 1987, é uma organização da sociedade civil que promove a Agroecologia como estratégia para o desenvolvimento social e econômico da agricultura familiar. Atuando no assessoramento, na defesa e na garantia de direitos (através de programas e projetos que trabalham para o fortalecimento das famílias agricultoras, dos movimentos sociais e das organizações da sociedade civil), o CTA busca a formação e a capacitação de lideranças para intervir de forma autônoma e qualificada nas políticas públicas municipais, estaduais e federais.

Ou seja, junto a organizações de agricultores e agricultoras, povos de comunidades tradicionais, movimentos populares, universidades e instituições de pesquisa e extensão, o CTA trabalha para aumentar a participação social e fortalecer o protagonismo dos atores da região na reivindicação dos seus direitos de cidadão, assim como na construção de um modelo de agricultura sustentável.

Convencional X Agroecológico

Todo mundo sabe que os produtos de limpeza são cheios de materiais tóxicos para o nosso organismo e altamente nocivos para o meio ambiente, entretanto, são indispensáveis no dia-a-dia. Os materiais de limpeza convencionais vêm com uma extensa lista de recomendações e índices de toxidade. Pensando nisso, torna-se uma prática agroecológica mudar a forma de consumo de materiais de limpeza.

Esses materiais de limpeza, como detergentes e sabão, contaminam toda a rede de água por onde passam – a começar quando abrimos a torneira e a espuma escoa pelo ralo. Esta espuma é repleta de fosfatos que impedem que micro-organismos se desenvolvam na água, prejudicando a decomposição e o reequilíbrio da vida nos canais de água. Quando entram em contato com a pele podem causar alergias e irritações, além dos riscos tóxicos às mucosas da pele, olhos e sistema respiratório.

Esta cartilha visa promover o uso consciente de materiais de limpeza agroecológicos, sugerindo novas formas de uso e hábitos que respeitam o meio ambiente e que sejam saudáveis para toda a família e meio em que vivem.

Vantagens

As vantagens de produzir o próprio material de limpeza são inúmeras e beneficiam tanto o meio ambiente, como toda a comunidade em que a família vive. Além disso, os materiais de limpeza caseiros são mais baratos e rendem mais, são feitos com itens de baixo custo e podem ter suas embalagens reaproveitadas para colocar novos produtos.

A baixa toxidade de seus ingredientes é menos nociva à saúde e oferecem menos riscos para quem os usa e os produz. E quando descartados, seus resíduos são menos nocivos ao meio ambiente.

A produção desses materiais de limpeza também atua como fonte de renda para as famílias, promovendo a comercialização desses produtos e a disseminação de práticas de limpeza mais sustentáveis e que respeitem a natureza.

Práticas para cuidar da casa

Limpar vidros e janelas: Use 3 colheres de vinagre diluída em 1 litro de água quente. Limpe com um tecido de algodão.

Tirar gordura: Use 3 partes de vinagre ou suco de limão diluída em 1 parte de água. Esfregue com uma escovinha ou pano.

Tirar mau cheiro de tecidos e roupas: Mergulhe a roupa ou o tecido em uma mistura de 1 balde de água com 1 mão de bicabornato de sódio. Deixe descansar por cinco minutos.

Lavar o Banheiro: Para limpar o azulejo, use uma solução de 5 colheres de bicabornato de sódio em 1 litro de água. Esfregue com escovinha ou vassoura. Para limpar o vaso sanitário ou pia, aplique suco de limão e deixe por algumas horas. No vaso, dê descarga; e na pia, limpe com um pano fino e utilize água em abundância.

Limpar o Forno: Basta uma solução de água e bicabornato, e esfregar com um pano fino.

Limpar panelas e formas queimadas: Passe uma esponja com uma pastinha de bicabornato de sódio e água, e deixe descansar por alguns minutos.

Ralos e Tubulações: Para desinfetar ralos e tubulações, basta despejar ½ xícara de bicabornato de sódio no ralo e jogar água quente. Para situações mais difíceis, despeje ½ xícara de bicabornato de sódio e ¼ de xícara de vinagre, e jogue água quente.

Branquear as roupas: Ensaboe as roupas com sabão de coco, esfregue uma folha de mamão e deixe-as ao sol. Ou faça uma trouxinha com cinzas e deixe de molho junto com a roupa.

Receitas de Produtos de Limpeza Agroecológicos

Importante!

- Como qualquer produto de limpeza convencional, mantenha os produtos de limpeza agroecológicos fora do alcance de crianças e animais domésticos.

- Para guardar esses produtos utilizamos garrafas pet e potinhos para reciclagem. É necessário etiquetar os potinhos para não confundir o que tem dentro.

- Reutilize apenas embalagens que não oferecem risco de contaminação.

- Como nas receitas são utilizados produtos naturais e não são acrescentados conservantes, a validade dos produtos agroecológicos é menor que dos produtos industrializados.

Materiais Necessários

1 balde plástico (de no mínimo 5 litros)
1 cabo de vassoura
1 máscara de proteção
1 par de luvas de borracha
1 tabuleiro de plástico ou de madeira (pode ser uma gaveta velha coberto com saco plástico)

Não usar alumínio em nenhum dos materiais!

Base para Sabonete

1 ½ sabão em barra neutro
300 gramas de açúcar
200ml de álcool 70%
200ml de água

Modo de fazer: Em uma panela junte o açúcar, a água e o sabão picado ou ralado. Derreta em banho-maria. Após derretido o sabão e o açúcar, deixe amornar em temperatura branda e, sem seguida, junte o álcool 70%. Engarrafe.

Sabonete Corporal

Base para sabonete (o quanto for necessário)
2 colheres de argila
15 gotas de óleo essencial ou tintura
e/ou alguma erva seca

Modo de fazer: Misture a base para sabonete com a argila e o óleo essencial (ou a erva seca) em uma bacia. Coloque em uma forma forrada com plástico filme e deixe secar por 3 horas. Corte e embale.

Atenção!

- Nas receitas a seguir (base para sabonete e sabonete corporal) são usadas porções de sabonete em barra neutro, que contém uma composição mais leve e serve para substituir a glicerina em barra, que é mais cara e difícil de encontrar.

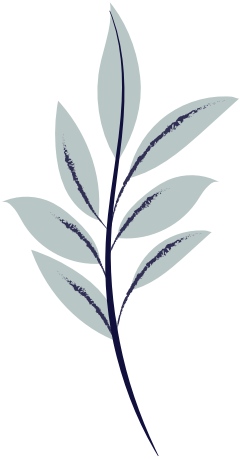
- Em algumas receitas será usado o álcool 70%, que pode ser comprado em farmácias e mercados. Quando não encontrado, também pode ser usado o álcool 90% (também conhecido como álcool de cereais), desde que misturadas 7 partes de álcool com 3 partes de água.

- A base para sabonete pode servir de base para várias receitas que veremos a seguir.

Amaciante

10 colheres de base para sabonete
4 litros de água
3 sabonetes normais picados
10 colheres de leite de rosas

Modo de fazer: Em 1 litro de água, derreta os sabonetes picados, junte o leite de rosas, a água fria e as 10 colheres de base para sabonete. Engarrafe.



Sabão de Fubá em barra

1 litro de água morna
5 litros de óleo usado
200 gramas de fubá
1 litro de soda líquida

Modo de fazer: Dilua o fubá em água morna e junte ao óleo. Mexa bem (para um lado só, assim evita que o sabão empedre) e em seguida acrescente a soda líquida. Mexa por 25 minutos e derrame em um recipiente plástico. Deixe descansar e espere o tempo de “cura” de 15 dias, no mínimo. Corte em barras.

Sabão de Limão em barra

3 litros de óleo usado
1 litro de suco de limão
500 gramas de soda cáustica
Raspas de limão

Modo de fazer: Em um lugar arejado (usando máscara e luvas de proteção) dilua, em um balde plástico, a soda cáustica no suco de limão. Lentamente e com cuidado, vá despejando o óleo à mistura, pelas bordas do balde. Mexa por 25 minutos e depois derrame em um recipiente plástico. Espere o tempo de "cura" de no mínimo 15 dias. Corte em barras.

Muito cuidado com a Soda Cáustica!!!

- Deve ser manuseada com extremo cuidado, em lugar **ABERTO** e **AREJADO**, usando **LUVAS** e **MÁSCARA** - com muito cuidado para não queimar as mãos e outras partes do corpo.

- Em caso de contato com a pele, lavar abundantemente com vinagre.

- Após fazer o sabão, é necessário esperar o tempo de "cura" (de no mínimo 15 dias) para que a soda cáustica esteja completamente neutralizada pelas gorduras e não cause danos a pele e mucosas.

Sabão de Mamão Verde

10 mamões verdes
250 gramas de soda cáustica
1 litro de sebo derretido (ou óleo de cozinha usado)
5 litros de água

Modo de fazer: Descasque os mamões, retire as sementes e rale. Coloque a água em uma lata com capacidade para 10 litros, junte a soda e mexa até dissolver a soda. Junte o mamão ralado e o sebo derretido, mexendo a mistura por 1 hora, até engrossar. Despeje o sabão em caixote forrado por um pano úmido e limpo, e deixe por 3 dias. Após esse período, corte e deixe curar por 15 dias.

Sabão de Coco

2 litros de óleo usado
500 gramas de soda cáustica
2 cocos frescos
700ml de água
125ml de álcool 70%

Modo de fazer: Ferva a água até o ponto de ebulição, depois retire a polpa do coco e bata com a água até que vire um creme. Coloque em um recipiente, primeiramente o creme de coco e o óleo, mexa por alguns minutos e só depois adicione a soda. Mexa então por 40 minutos e deixe curar por 15 dias.

Sabão de Ervas

Para fazer um sabão de ervas, basta substituir a água por chá das seguintes plantas: folha de mamão, eucalipto, hortelã, alecrim, bardana, tanchagem, citronela, capim-limão, erva-cidreira, sálvia, calêndula, babosa, manjericão, folhas de laranja,etc.

O chá deve ser feito por infusão: despeje água quente sobre as plantas (em uma panela) e tampe. Aguarde por 15 minutos e coe.

Dica:

Para o sabão não empedrar, é necessário mexê-lo sempre para o mesmo lado!

Detergente Multiuso

1 litro de água
1 colher de sopa de vinagre
1 colher de sopa de amônia líquida (amoníaco)
2 colheres de sopa de bicarbonato de sódio

Modo de fazer: Em 1 litro de água morna (cerca de 45°C), misture o vinagre, o amoníaco e o bicarbonato de sódio. Utilize o produto em qualquer tipo de limpeza em substituição aos multiusos convencionais.

Atenção!

As receitas a seguir não necessitam da manipulação da soda cáustica, porém, os sabões utilizados nestas receitas foram feitos com esta matéria prima.

Sabão Líquido para Louça

2 litros de água
1 sabão caseiro ralado (100 gramas)
1 colher de óleo de Mamona (rícino)
1 colher de açúcar

Modo de fazer: Junte todos os ingredientes em uma panela grande e ferva até dissolver. Em seguida deixe esfriar e engarrafe.

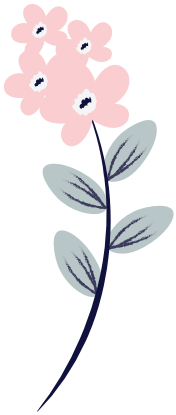
Detergente Ecológico

1 pedaço de sabão de coco neutro
2 limões
4 colheres de sopa de amoníaco
6 litros de água

Modo de fazer: Derreta o sabão de coco (picado ou ralado) em 1 litro de água morna. Acrescente 5 litros de água fria e em seguida esprema o suco dos 2 limões. Por último, despeje o amoníaco e misture bem. Guarde esta mistura em garrafas.

Cuidado com o Amoníaco!

"O amoníaco é um gás que dissolvido em água pode ser usado em uma infinidade de casos, especialmente como limpador do lar. Suas propriedades o fazem um produto muito adequado para eliminar sujeiras e manchas de inúmeras superfícies. Entretanto, é muito importante destacar que, ao usá-lo no lar para limpar, ***nunca*** se deve juntar água sanitária e amoníaco porque se produz uma reação química ***altamente tóxica***."



Pasta para brilhar alumínio

1 sabão de coco
1 sabão comum (ou restos de sabão)
1 litro de água
2 colheres de vinagre
2 colheres de açúcar

Modo de fazer: Rale o sabão de coco e os restos de sabão, e coloque em uma panela junto com a água, o vinagre e o açúcar. Em fogo brando misture até obter o "ponto de pasta" (quando aparece o fundo da panela). Deixe esfriar e coloque em potinhos. Use como qualquer pasta de limpeza.

Desinfetante Ecológico

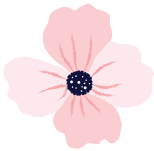
4 litros de água
1 litro de álcool 70%
1 sabão caseiro ou de coco de 200g (não pode ser glicerinado) Folhas de eucalipto e citronela

Modo de fazer: Deixe as folhas de eucalipto e citronela em infusão no álcool por 15 dias e depois coe. Ferva 1 litro da água com o sabão picado até dissolver. Retire do fogo, deixe amornar até atingir temperatura branda e junte o restante da água e do álcool. Engarrafe.

Vale Lembrar!

As receitas apresentadas nessa cartilha foram cuidadosamente criadas e testadas por grupos de práticas agroecológicas relacionados ao meio rural.

Comercialização



A produção e a comercialização de materiais de limpeza agroecológicos são um ramo da agroecologia que vem crescendo junto com as iniciativas que buscam reduzir os impactos químicos nos veios de água. Nas pequenas comunidades rurais esses cuidados são fundamentais, não só para preservar os cursos de água que já existem, mas também para manter a saúde das nascentes.

Para que a comercialização seja realizada é preciso dar maior atenção à embalagem dos produtos, uma vez que as embalagens devem ser devidamente higienizadas e lacradas para melhor conservação do conteúdo.

A rotulagem também é um ponto de extrema importância, pois ela deve apresentar claramente as informações que se referem às datas de fabricação, previsão de vencimento, local de fabricação e, principalmente, os ingredientes. É necessário ainda conter informações de itens que podem causar reações alérgicas como, por exemplo, a canela.

Com matérias primas de baixo custo e alto rendimento, são ideais para serem comercializadas em feirinhas e na comunidade. A comercialização desses produtos de limpeza agroecológicos é uma alternativa de renda viável para famílias rurais, e ainda auxilia nos cuidados com a comunidade e o meio ambiente. Os usos dos materiais de limpeza convencionais deixam resquícios químicos no meio ambiente, que são extremamente prejudiciais aos organismos vivos responsáveis pela limpeza dos cursos de água e nascentes.

Os materiais de limpeza agroecológicos contêm apenas ingredientes que são biodegradáveis, que não deixam resquícios no meio ambiente.

Para saber mais:

- **Guia de Produtivos de Limpeza Ecológicos.** Grupo Sauipe – Saúde Integral em Permacultura. UFV 2015.
- Blog: www.umanosemlixo.com
- Blog: www.lar-natural.com.br
- Blog: www.luzdaserra.com.br
- Blog: www.vix.com.br

A produção desta cartilha foi possível graças ao Fundo Socioambiental Caixa que financiou o Projeto “Mulheres da Mata: Sustentabilidade com Autonomia Econômica”, do Centro de Tecnologias Alternativas da Zona da Mata (CTA-ZM).

ZONA DA MATA
cta
centro de tecnologias alternativas

FUNDO SOCIOAMBIENTAL CAIXA