

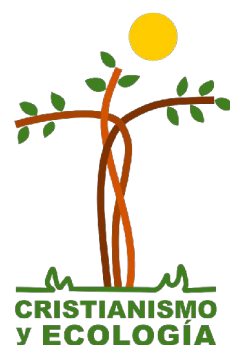
Siguiendo la pista a... vinagre, bicarbonato y jabón casero

Sobre nº 3

Como hemos visto, el vinagre y bicarbonato, por separado, son muy útiles en la limpieza de la casa. Pero además, combinados tienen otras propiedades adicionales.

Aquí tenéis cuatro fichas. Tres de ellas presentan posibles usos de vinagre y bicarbonato combinados. ¿Los conocíais? Después de leerlas, completad la cuarta ficha con otro posible uso (si no lo sabéis, lo podéis inventar).

Cuando terminéis, guardad y abrid el sobre nº 4



CHAMPÚ

Mezclamos una cucharada de **bicarbonato** con un vaso de agua tibia hasta que se disuelva y con la mezcla llenamos un bote. Esta primera mezcla hace la función de champú. Cuando más graso sea, más bicarbonato deberemos añadir.

Mezclamos un cuarto de vaso de **vinagre de manzana** con un vaso de agua y llenamos un segundo bote. Esta segunda mezcla hace la función de acondicionador. Cuanto más seco sea el cabello, más vinagre añadiremos.

Forma de aplicación:

1. Con el cabello húmedo aplicamos la mezcla de bicarbonato y masajeamos con suavidad.
2. Aclaremos bien. Notaremos que el cabello está áspero.
3. Aplicamos ahora la mezcla de vinagre, repartimos bien y aclaramos de nuevo. El cabello recupera su suavidad, desapareciendo el olor a vinagre al secarse.

Podemos añadir aceites esenciales para aromatizar o potenciar ciertas propiedades: aceite de árbol de té (anti caspa), de romero (previene la caída), y de lavanda (suavidad y buen olor).

En lugar de vinagre de manzana puede usarse vinagre de limpieza, más barato pero de olor más intenso.

Es probable que nuestro cabello necesite un período de adaptación, y que al principio notemos más grasa o caspa, pero a la larga agradecerá el cambio.

FREGASUELOS

(Fórmula para una botella de 1 litro. Si es de otro volumen, multiplicar cantidades)

En 1 litro de agua caliente añadimos una cucharada de **bicarbonato** y mezclamos bien hasta que se disuelva completamente. Notaremos cómo el bicarbonato, en contacto con el agua, desprende burbujas (CO₂).

Añadimos una cucharada de **vinagre de limpieza**. Antes de cerrar la botella esperamos a que la mezcla recupere la temperatura ambiente. Entonces ya podrá cerrarse y guardarse a la espera de su uso.

Se utiliza como cualquier fregasuelos, echando un chorro en el agua del cubo de la fregona, teniendo en cuenta que hay que ser algo más generosos con la cantidad pues no está concentrado como algunos productos industriales.

HORNO Y VITROCERÁMICA

En función de la suciedad en la superficie de la **vitrocerámica**, se echa 1 ó 2 cucharadas de **bicarbonato** y, sobre éste, un chorro proporcional de **vinagre de limpieza**. La reacción desprenderá burbujas de CO_2 , haciéndose una mezcla pastosa. Se extiende esta mezcla por la superficie con un estropajo adecuado, absorbiendo la grasa y suciedad. Se limpia con una bayeta que se escurrirá bajo el grifo.

Para limpiar el **horno** se mezcla bien en un cuenco **bicarbonato** de sodio con agua, que se va añadiendo poco a poco hasta obtener una pasta homogénea.

Se extiende la pasta por la parte interior del horno, sobre todo por las zonas más sucias. El bicarbonato se volverá de color parduzco al absorber la grasa. Se deja reposar durante toda la noche o por lo menos 12 horas continuadas.

Con un trapo húmedo se quita la mayor cantidad posible de pasta seca. Se pone un poco de **vinagre de limpieza** en un bote con atomizador, y se rocían las superficies del horno. El vinagre reacciona con el bicarbonato y hace una espuma, que se limpia con un trapo húmedo.

Finalmente, se enciende el horno a baja temperatura durante 15 a 20 minutos para que se seque bien.

.....