

CONSEJOS ÚTILES

en su vida cotidiana

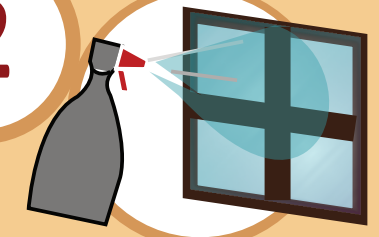
1



Limpiar el horno sin usar químicos contaminantes

1. Limpiar la grasa con un trapo y vinagre.
2. Rociar sal en la rejilla. Dejarla por un par de minutos, luego rasparla y lavarla con agua.
3. Para manchas difíciles usar bicarbonato de sodio y una malla metálica.

2



Limpiador de ventanas

- ½ taza de vinagre
- 1 galón de agua

Verter en una botella rociadora y usar como un limpiador de ventanas comercial.

3



Para quitar manchas en la ropa, remojar las prendas en agua y una mezcla de bórax (o ácido bórico), jugo de limón y vinagre blanco.

4



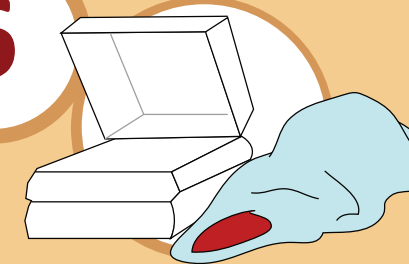
Utilizar jabones cuya base sea la grasa de cerdo o grasa vegetal, los cuales no contienen ingredientes contaminantes

5



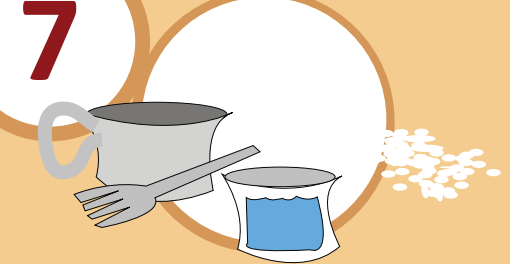
El ácido bórico se puede usar como **limpiador, desodorante y desinfectante** al diluirse en agua; la proporción es de ¼ de taza de ácido bórico por galón de agua.

6



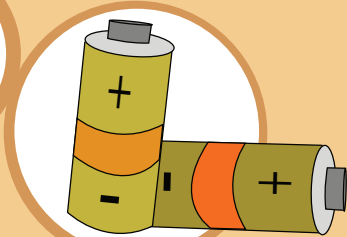
Cuando se come fuera, tratar de ir a un lugar que utilice la **menor cantidad** de empaques y **evitar pedir comida para llevar**.

7



Las manchas del servicio sanitario, objetos de plata, tazas de café o té pueden eliminarse usando una pasta de bicarbonato de sodio y agua (esta en la cantidad suficiente para manipular el bicarbonato).

8



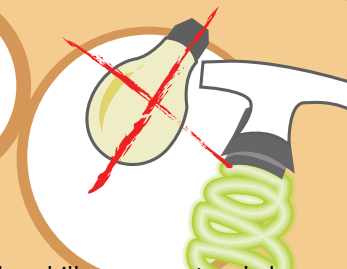
Artículos que usan baterías: lo primero es valorar si realmente son necesarios. Es preferible usar pilas que no contengan cadmio ni mercurio y que sean recargables.

9



Comprar papel encerado y utilizarlo en lugar de plástico adhesivo para envolver o cubrir alimentos.

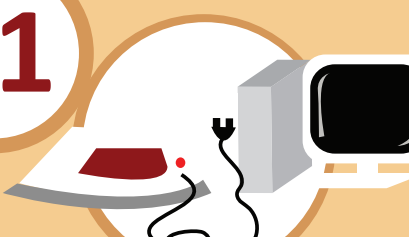
10



Cambiar a bombillos compactos de luz fluorescente. Los fluorescentes son más caros pero tiene una vida útil mucho más extensa por lo que a largo plazo hay un ahorro significativo

Sabía usted que: La iluminación de una casa también contribuye con las emisiones de gases de efecto invernadero. Los bombillos de luz fluorescente usan un 75% menos de energía que los bombillos incandescentes y por eso contribuyen a disminuir tales emisiones.

11



Apagar aparatos electrodomésticos. Apagar televisoras, computadoras, luces, etc. que no estén en uso y desconectar aparatos que están en stand-by, como cargadores de celulares.

UNA
UNIVERSIDAD
NACIONAL
COSTA RICA
IDESPO

HORIZONALES AMBIENTALES
Programa IDESPO