

# Produits de nettoyage à faire soi-même

## Réalisez des économies et rendez l'environnement de votre maison plus sain en utilisant des produits de nettoyage naturels

Les produits de nettoyage commerciaux permettent de réduire l'effort que vous consacrez à l'entretien ménager. En revanche, ils introduisent des composés chimiques astringents dans votre maison. Ils contiennent en effet des composés organiques volatils (COV) qui détériorent la qualité de l'air ambiant. Heureusement, vous pouvez trouver dans votre garde-manger tout le nécessaire pour créer vos propres produits de nettoyage naturels qui seront idéals pour vos corvées de ménage printanier et ne nuiront pas à la santé de votre famille et de vos animaux domestiques.

En quoi consistent les COV?

Le site d'[Environnement et changement climatique Canada](#) les décrit comme suit : «Les COV sont les principaux précurseurs de la formation des matières particulaires et de l'ozone troposphérique qui sont les principaux composants du smog. La pollution de l'air est connue pour avoir des répercussions négatives importantes sur la santé humaine, incluant les décès prématurés, les hospitalisations et les visites aux salles d'urgence. Des études indiquent qu'un risque accru de cancer du poumon et de maladie cardiaque est associé à la pollution de l'air.»

Les [membres de votre famille risquent](#) également d'être en proie aux irritations de la peau et des yeux, aux maux de tête, aux vomissements, et aux atteintes hépatiques et rénales, de même qu'aux maladies respiratoires.

Pourquoi devriez-vous éviter d'utiliser les savons antibactériens?

Selon la [Food and Drug Administration](#) (FDA), aucune preuve ne démontre que la protection contre les bactéries que procurent les savons antibactériens est plus efficace que celle des savons réguliers. Toutefois, ce type de savon présente un danger pour la santé en raison des substances chimiques qu'il contient, la plus nocive étant le [Triclosan](#). Ce perturbateur endocrinien augmente la résistance des bactéries aux antibiotiques et il est toxique pour les poissons et d'autres espèces sauvages.

Produits de nettoyage à faire soi-même

Les nettoyeurs ci-dessous nécessitent un minimum d'effort de votre part pour obtenir des résultats optimaux, mais ils sont bon marché, naturels et faciles à faire.

- Surfaces de la cuisine et de la salle de bain : Saupoudrer du bicarbonate de sodium et essuyer avec une

éponge pour enlever la poussière et neutraliser les odeurs. Ajouter quelques gouttes de jus de citron ou de vinaigre blanc si vous voulez désinfecter vos surfaces. Ajouter deux ou trois gouttes d'huile essentielle pour obtenir une odeur de fraîcheur – les arômes de citron, d'orange, de lavande et de cèdre sont idéals pour un nettoyant de surface.

- Nettoyant pour le four : Créer une pâte à l'aide de vinaigre et de bicarbonate de sodium. Recouvrir l'intérieur du four au moyen de la pâte et laisser agir pendant une heure. Essuyer avec un linge humide et propre.
- Drains obstrués : Verser un quart de tasse de bicarbonate de sodium dans le drain, puis de l'eau chaude afin de le dégraisser. Règle générale, il faut le faire une fois par mois pour prévenir l'obstruction du drain.
- Nettoyant à vitres : Remplir un flacon pulvérisateur avec un mélange moitié-moitié de vinaigre et d'eau. Vaporiser sur les fenêtres et les miroirs et essuyer à l'aide d'essuie-tout pour faire disparaître les taches. Cette solution peut également servir à enlever les taches d'eau et l'accumulation de minéraux sur la robinetterie.
- Planchers : Verser un mélange de vinaigre (60 %) et d'eau (40 %) dans un flacon pulvérisateur, et le vaporiser sur les planchers en carrelage, en linoléum ou en bois, ou sur les parquets, et passer la vadrouille comme d'habitude. Ajouter deux ou trois gouttes d'huile essentielle si vous souhaitez parfumer votre plancher (les arômes de menthe poivrée, de cèdre et de jasmin représentent tous des bons choix).
- Tapis : Les dégâts sur les tapis peuvent être nettoyés facilement. Il suffit de saupoudrer du sel pour absorber la substance et désinfecter le tapis. Passer ensuite l'aspirateur et essuyer en utilisant du soda. Éliminer les odeurs au moyen d'une pincée de bicarbonate de sodium. Laisser agir pendant une heure et passer l'aspirateur pour rafraîchir l'air ambiant.
- Assainisseur d'air : Une tasse d'eau, vingt gouttes d'huile essentielle de lavande et deux cuillères à soupe de vodka suffisent pour créer un [excellent assainisseur d'air naturel](#). De plus, l'alcool tue les germes et neutralise les odeurs sans ajouter de substances chimiques à votre air ambiant. Quant à la lavande, elle a des propriétés antibactériennes et dégage un parfum frais.

---

Source URL (modified on 05/04/2017 - 10:31):

<http://ecovie.banquescotia.com/produits-de-nettoyage-%C3%A0-faire-soi-m%C3%A0me/1606>