

2025
SEPTIEMBRE

VIDA LIMPIA



Additionally, simplifying the products in your home and closet may have a **beneficial financial** impact.

Desintoxicar el hogar implica adoptar un enfoque menos tóxico en las tareas domésticas y la higiene personal. Esto incluye el uso de productos más sencillos para la limpieza y el cuidado de la piel.

REDUCCIÓN DE LA EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS

Menos toxinas: Muchos productos convencionales de limpieza y cuidado de la piel contienen compuestos como parabenos, ftalatos y fragancias sintéticas, que con el tiempo pueden contribuir a la irritación de la piel, desequilibrios hormonales y problemas respiratorios. Una persona promedio usa de 10 a 15 productos de cuidado personal al día, por lo que la exposición puede ser considerable.

Un entorno doméstico más seguro: Los productos de limpieza “naturales”, como el vinagre, el bicarbonato de sodio y los aceites esenciales, ofrecen alternativas eficaces y menos agresivas para el cuerpo y el medio ambiente. La ropa, especialmente la de moda rápida, puede contener diversas sustancias químicas que pueden suponer un riesgo para la salud.

UNA PIEL MÁS SANA

Evitar los disruptores endocrinos: Muchos productos convencionales de limpieza y cuidado de la piel contienen sustancias químicas disruptoras endocrinas que pueden interferir con la salud hormonal.

MEJOR CALIDAD DEL AIRE INTERIOR

Un hogar menos tóxico: Los productos de limpieza naturales eliminan la necesidad de vapores químicos agresivos, lo que resulta en un aire interior más limpio. Esto es especialmente beneficioso para personas con asma, alergias o sensibilidad respiratoria.

SOSTENIBILIDAD

Menos productos, menos residuos: Simplificar las rutinas de limpieza y elegir productos naturales y multiusos reduce el desorden, los residuos y los embalajes, lo que fomenta un estilo de vida más sostenible y reduce el impacto ambiental.