

Las increíbles propiedades del bicarbonato de sodio

Alessandra Moro Buronzo

Las increíbles propiedades del bicarbonato de sodio



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Los editores no han comprobado la eficacia ni el resultado de las recetas, productos, fórmulas técnicas, ejercicios o similares contenidos en este libro. No asumen, por lo tanto, responsabilidad alguna en cuanto a su utilización ni realizan asesoramiento al respecto.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Salud y Vida natural

LAS INCREÍBLES PROPIEDADES DEL BICARBONATO DE SODIO

Alessandra Moro Buronzo

1.ª edición: febrero de 2011

Título original:

Les incroyables vertus du bicarbonate de soude

Traducción: *Pilar Guerrero*

Maquetación: *Natalia Metelska*

Corrección: *Mª Jesús Rodríguez*

Diseño de cubierta: *Marta Ribón*

sobre una ilustración de Fotolia

© 2009, Éditions Jouvence S. A.

Chemin due Guillon 20, Case 142, CH-1233 Bernex, Suiza

www.editions-jouvence.com

(Reservados todos los derechos)

© 2011, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Perc IV, 78 (Edif. Pedro IV) 3.ª planta, 5.ª puerta

08005 Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23

E-mail: info@edicionesobelisco.com

Paracas, 59 C1275AFA Buenos Aires - Argentina

Tel. (541-14) 305 06 33 - Fax: (541-14) 304 78 20

ISBN: 978-84-9777-715-5

Depósito Legal: B-2.439-2010

Printed in Spain

Impreso en Novoprint, S. A.

Energía, 53 – 08740 Sant Andreu de la Barca (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Introducción	7
Carné de identidad	9
Historia del bicarbonato de sodio.....	11
El bicarbonato de sodio en todo su esplendor.....	13
¿Por qué usar bicarbonato de sodio?	14
¿Cuáles son sus principales acciones?.....	15
¿Cómo hay que utilizarlo?	16
Cuestiones prácticas	17
¿Dónde podemos comprarlo?.....	17
Los precios	17
La conservación	18
Medidas para su dosificación	18
Las marcas.....	18
La producción del bicarbonato de sodio.....	18
Uso industrial del bicarbonato de sodio	19
El bicarbonato de sodio en el día a día, dentro de casa	21
La limpieza de la casa	21
En la cocina	25
Para limpiar el fregadero.....	25
Contra los malos olores del fregadero.....	26
Para los mármoles de la cocina.....	26
Para limpiar el horno.....	26
Para limpiar el microondas.....	27
Para limpiar la vitrocerámica o las placas de inducción	27
Para limpiar la encimera	27
Contra los malos olores de la nevera o del congelador... ..	27
En el lavavajillas.....	28
Para los cubos de la basura.....	28

Para las cacerolas y las ollas un poco quemadas.....	29
¡Para las cacerolas y las ollas que dejamos olvidados en el fuego!.....	29
Para mantener ollas y sartenes impecables	30
Para limpiar las cafeteras exprés.....	30
Para limpiar otro tipo de cafeteras.....	30
Para limpiar el semillero	30
Para que los vasos brillen.....	31
Para fregar los platos a mano	31
Para limpiar el robot de cocina.....	32
Para las botellas y los tarros de cristal	32
Para las fiambreras	33
Para todas las superficies en contacto con la comida	33
Contra el mal olor de los paños de cocina.....	33
Contra el mal olor de los guantes de fregar.....	33
Para mantener desatascadas las tuberías	34
Para extinguir los pequeños incendios en los fogones a gas	34
En el cuarto de baño y los lavabos	35
Para limpiar los azulejos	35
Para limpiar a fondo los azulejos de aseos y baños.....	35
Para limpiar bañeras, lavabos y bidés	35
Para eliminar la cal	36
Para la mampara de la ducha.....	36
Para la alfombrilla de la ducha.....	36
Para limpiar cepillos, peines y todo el neceser.....	37
Para la taza del inodoro.....	37
Para el dormitorio	37
Para reavivar y desodorizar la moqueta.....	37
Para el colchón	38
Para las alfombrillas de la cama.....	38

Para los dormitorios de los niños.....	38
Para limpiar los juguetes	38
Para los colchones.....	39
Para los pequeños «accidentes» nocturnos en la cama ...	39
Para la cunita del bebé	39
Para todo el material del bebé.....	39
Para los escritorios de los estudiantes.....	39
En el salón.....	40
Para las alfombras	40
Para sofás y sillones	40
En general	41
Para pulir plata, cobre y otros metales	41
Para limpiar las puertas de la casa y las de los armarios.....	41
Para conservar mejor las flores en un jarrón.....	42
Para los ceniceros.....	42
En la lavadora.....	42
Para conservar mejor la lavadora.....	43
En el armario zapatero.....	43
Un producto de mantenimiento suave para todos los usos.....	43
Para alejar una invasión de hormigas	44
El bicarbonato de sodio, día a día, en el jardín, los balcones y las terrazas	45
Un fungicida para las plantas.....	45
Para proteger las flores de los parásitos.....	45
Para limpiar los muebles del jardín	46
Para los cojines	46
Contra las malas hierbas	46
Para quitar manchas de aceite del pavimento	46
Para limpiar los utensilios de la barbacoa	47

El bicarbonato de sodio, día a día, en el coche.....	49
Contra el olor a tabaco	49
Para quitar las manchas de savia de la carrocería.....	49
Para conservar el coche en buen estado.....	49
Para limpiar la tapicería del coche.....	50
Para eliminar el mal olor de la tapicería.....	50
Y por si fuera poco.....	51
Contra el mal olor del garaje	51
Para retirar el moho del estuco.....	51
Para el agua de la piscina	51
El bicarbonato de sodio para los animales de compañía.....	53
Para «perfumar» al animal de compañía.....	53
Para el mal aliento del perro	53
Para el baño del perro	53
Para las camitas de perros, gatos, pájaros y roedores.....	54
Para limpiar las jaulas o las casetas de los animalitos.....	54
Para limpiar los juguetes de los animales.....	54
Contra el olor a orina dentro de casa.....	54
Contra las pulgas de perros y gatos	55
El bicarbonato de sodio en la cocina.....	57
Para lavar fruta y verdura.....	57
Para lavar la piel de los cítricos.....	58
Para limpiar fruta y verdura	58
Para conservar el color verde de las verduras.....	58
Para cocer rápidamente las legumbres.....	59
Para elevar bizcochos, tartas y bollería	59
Para digerir mejor pasteles y galletas.....	59
Para mejorar el aspecto de las tartas de chocolate.....	60
Para triunfar haciendo tartas heladas	60
Para eliminar el olor durante la cocción de ciertos alimentos	60

Para triunfar con una salsa de tomate	60
Para montar mejor las claras a punto de nieve.....	61
Para que las tortillas salgan muy esponjosas	61
Para hacer zumos de fruta gaseosos	61
En los zumos cítricos	61
Para disminuir los gases intestinales provocados por las legumbres	62
Para hacer los garbanzos más digestivos	62
En los dulces hechos en casa	62
En la fruta particularmente ácida	62
Contra la acidez del ruibarbo.....	63
Para ablandar la carne	63
Para atenuar el fuerte olor de la carne de caza.....	63
Para desplumar las aves.....	64
Para cocer mejor la coliflor y otras coles.....	64
En el puré.....	65
Los trucos de la abuela.....	65
El bicarbonato de sodio y la salud	67
El bicarbonato de sodio para la boca	69
Como colutorio	69
Para tener un buen aliento.....	69
Para prevenir las caries.....	70
Para combatir la placa dental	70
Para cepillarse los dientes	71
Para limpiarse los dientes con un hidropulsor.....	71
El «blanqueador» dental.....	72
Para eliminar el sarro	72
Para proteger las encías	73
Contra la micosis en la boca.....	73
Contra la afta	73
Contra el herpes labial o calenturas.....	74

Contra la inflamación y la irritación en la boca	
de los bebés	74
¡Recordemos la limpieza del material higiénico!.....	74
El bicarbonato de sodio para el aparato digestivo	75
Contra el ardor de estómago.....	76
Contra los reflujos ácidos.....	76
En caso de digestión difícil	77
Tras las comidas copiosas o el exceso de bebida	77
En caso de dificultades con el tránsito intestinal	78
Contra la micosis anal	78
El bicarbonato de sodio para el aparato genital	78
Para la higiene cotidiana	78
En caso de irritación o picores	78
Contra los olores íntimos femeninos.....	79
Contra la micosis vaginal.....	79
El bicarbonato de sodio para la piel	79
Contra las pequeñas quemaduras y quemazones.....	79
Para calmar los sarpullidos de la fiebre.....	80
Para facilitar el afeitado.....	80
Para aliviar las quemaduras solares.....	80
Para aliviar las picaduras de insectos.....	81
Contra los eccemas	81
Contra la verrugas.....	81
Para el culito irritado de los bebés	82
El bicarbonato de sodio para manos y pies	82
Para los pies cansados	82
Contra el mal olor de los pies.....	83
Para luchar contra los hongos.....	83
Para ablandar callos y durezas	84
Para el cuidado de los pies.....	84
Para aliviar los picores.....	85

En lugar de jabón.....	85
Para hacerse la manicura	86
Para limpiarse las uñas.....	86
Para ablandar las cutículas.....	86
Para curar heriditas de los dedos.....	87
El bicarbonato de sodio para las vías respiratorias	87
Para descongestionar las vías respiratorias.....	87
El bicarbonato de sodio para el aparato urinario.....	88
Contra la cistitis.....	88
¡Y todavía más!	89
Contra las molestias de garganta.....	89
Para aliviar la irritación de los ojos.....	89
El bicarbonato de sodio para el deporte y los deportistas.....	91
Contra las agujetas tras la práctica de deporte.....	92
Contra el mal olor del material deportivo.....	92
Para las bicis.....	92
Para limpiar el material de golf.....	92
Para los accesorios de pesca	93
Para eliminar el olor a cloro de las toallas de la piscina....	93
El bicarbonato de sodio para la higiene personal, la belleza y el confort.....	95
Para que el agua de baño resulte más blanda	95
Para tomar un baño relajante	95
Como desodorante.....	96
Para el rostro.....	96
<i>Peeling</i> para el rostro	96
Para una limpieza a fondo de la cara	97
Para el cuerpo.....	98
Exfoliación corporal.....	98
Para el cabello.....	98
Para tener el pelo brillante.....	98

Para dejar el cabello muy limpio.....	99
Verdades y mentiras sobre el bicarbonato de sodio	101
Recetas culinarias con bicarbonato de sodio	105
Macarrones a la boloñesa.....	105
Pastel salado de jamón y queso.....	106
Lentejas verdes con verduritas.....	107
Sopa de tomate	108
Pastel de olivas.....	109
Salsa de tomate	110
Bizcocho de yogur	111
Pastel de plátanos.....	112
Pastel de zanahorias.....	113
Galletas con copos de avena.....	114
Cookies de chocolate.....	115
Pan de especias ecológico.....	116
Pastel de miel sin ninguna grasa.....	117

Introducción

Si el término «bicarbonato de sodio» no nos dice gran cosa, preguntemos a nuestras abuelas; seguramente ellas sabrán muchas cosas al respecto. Yo siempre he visto ese botecito de polvo blanco dando tumbos por todos lados en casa de mi tía, la persona que me crió en gran parte. Lo usaba para un montón de cosas porque consideraba que era seguro y eficaz para casi todo. Mi tía era muy pragmática e iba siempre a la raíz del asunto, sin perder el tiempo. A menudo, repetía que no había que tener una legión de productos en casa cuando uno solo lo arreglaba todo. Decía que el bicarbonato de sodio era barato y extremadamente eficaz. ¿Para qué perder el tiempo buscando productos específicos? ¡Y tenía toda la razón! Lavaba con él la fruta y la verdura, se lo tomaba cuando tenía malas digestiones porque sufría acidez de estómago, limpiaba con él la cocina y el baño, lo añadía a la lavadora (¡no tenía lavavajillas, por Dios!) para eliminar la cal, lo añadía a la ropa de la colada cuando quería «desinfectar» la ropita de los bebés y, de vez en cuando, lo usaba para tomar un baño.

En lo que a mí concierne, empecé a seguir el ejemplo de mi tía bastantes años después de su muerte. En efecto, como la mayoría de la gente, empecé mi vida de mujer joven e independiente cediendo a los discursos

publicitarios que nos animan a comprar un producto diferente para cada cosa. Me parecía que lo mejor era ir a lo eficaz, a lo concreto, y no comprendía el engranaje económico que se esconde tras la palabra «progreso». Y luego está la fuerza de la costumbre...

Iba al súper y compraba siempre los mismos productos, más o menos conocidos, claro.

Con el tiempo descubrí el bicarbonato de sodio. Conocí una mujer que, como mi tía, me enseñó a usar el bicarbonato para casi todo en la casa y para las heriditas y pupas que nos hacemos en casa y en el trabajo cotidianamente. Entonces empecé a reflexionar y a preguntarme para qué llenar la casa de productos diferentes, todos contaminantes, cuando tenía a mi disposición un solo producto eficaz, no contaminante y, además, barato.

En este momento de la historia en que todo el mundo se pregunta qué gestos puede hacer para contribuir de algún modo a «salvar el planeta», el bicarbonato de sodio es la respuesta.

En este libro he recopilado todos los consejos que he podido encontrar. Se trata de sugerencias de muchas personas que emplean el bicarbonato de sodio desde hace años. Aquí podréis descubrir un montón de trucos para:

- la higiene personal
- curar pupas y heriditas poco importantes (teniendo en cuenta que el bicarbonato de sodio, por bueno que sea, ¡no reemplaza al médico!)
- la belleza
- limpiar la casa
- el jardín
- las mascotas

- el garaje
- quitar malos olores
- cocinar...

¡Vosotros podéis acabar de completar la lista!

¿Mi consejo?

Si aún no habéis descubierto el bicarbonato de sodio, probadlo sin perder más tiempo. Os sorprenderá descubrir los grandes servicios que os puede prestar ese polvito blanco. Esta obra pretende dar a conocer en profundidad el bicarbonato de sodio para conseguir un uso óptimo y eficaz.

CARNÉ DE IDENTIDAD

Nombre:

este producto se conoce con diferentes denominaciones, a saber:

- Bicarbonato sódico
- Bicarbonato de sodio
- Hidrogenocarbonato de sodio
- NaHCO_3
- Bicarbonato de sosa
- Polvos de levadura
- Baking Soda (en Estados Unidos)
- Sal de Vichy (en Bélgica)
- «Vaquita» en Canadá, en referencia a la vaquita que sale en el bote de una conocida marca en ese país.

- En este libro lo llamaremos siempre «bicarbonato de sodio».

Dirección:

- antes de comprarlo, el bicarbonato de sodio se encuentra en las grandes superficies comerciales, en las tiendas dietéticas, en farmacias y en parafarmacias.
- Después de comprarlo, se encuentra en los armarios de la cocina, en la despensa, en el mueble del baño o en el botiquín.

Fecha de nacimiento:	hace, aproximadamente, 150 años, en 1846
Padres:	John Dwight y Austin Church, pasteleros de Nueva York
Características:	polvo fino
Estado físico:	sólido
Color:	blanco
Olor:	ninguno
Toxicidad:	ninguna
Particularidades:	el paso del tiempo no le afecta y sigue despertando interés, por lo que está siempre de moda
Empleo:	producto polifacético. Léase atentamente este libro para conocer todas sus aplicaciones.

Historia del bicarbonato de sodio

Podemos afirmar, verdaderamente, que la utilización del bicarbonato de sodio y del carbonato de sodio no es una cosa actual y moderna. El ser humano lo ha empleado desde la noche de los tiempos.

El bicarbonato y el carbonato de sodio es el producto de las cenizas de determinadas plantas, de ahí su nombre en inglés *Soda ash* (*ash* significa ceniza). No olvidemos que la ceniza, utilizada como detergente desde tiempos inmemoriales, no es otra cosa que una mezcla de carbonato de sodio y de potasio.

Las primeras pistas de uso del bicarbonato de sodio se encuentran en el antiguo Egipto. La gente empleaba regularmente una mezcla compuesta de carbonato de sodio y bicarbonato de sodio que llamaban natrón. Este mineral se obtenía a partir de la evaporación del agua de un lago salado. Su utilización era múltiple (¡ya en esa época!): se empleaba para la higiene personal porque la gente lo usaba como jabón, para lavar y teñir tejidos, para producir cristal y, además formaba parte de numerosos ingredientes necesarios para el proceso de momificación.

El carbonato de sodio luego fue utilizado, con el paso de los siglos, como un elemento importante en la industria del papel, el jabón, el textil y la producción de vidrio.

A finales del siglo XVIII, un químico francés llamado Nicolas Le Blanc, participó en un concurso para el que elaboró una fórmula que le permitiese transformar la sal en sodio. Gracias a su idea, fue posible producir una gran cantidad de carbonato de sodio, el abuelo del bicarbonato de sodio, necesario para la incipiente industria. Sin embargo, el procedimiento descubierto presentaba numerosos inconvenientes importantes: producía una gran cantidad de residuos tóxicos y exigía temperaturas elevadísimas para su producción.

En 1846, dos pasteleros de Nueva York, John Dwight y Austin Church, ansiosos por encontrar un buen producto para que elevara la masa, constataron que el carbonato de sodio asociado a la leche daba lugar a un gas carbónico, con el efecto de la levadura. Apoyándose en dicha constatación, consiguieron refinar el carbonato de sodio hasta dar con el bicarbonato de sodio.

Tras el descubrimiento de Nicolas Le Blanc, en la Bélgica de 1863, el químico Ernest Solvay encontró un procedimiento sencillo, económico y ecológico para producir bicarbonato de sodio a nivel industrial. Su nuevo sistema de producción no exigía altas temperaturas para la transformación de la sal de calcio en bicarbonato. El amoníaco empleado para el proceso de fabricación podía reciclarse. Por lo tanto, su proceso de fabricación no generaba residuos tóxicos. La primera fábrica de producción de bicarbonato de sodio, con el método Solvay, abrió sus puertas.

Actualmente hay muchísimas fábricas de producción de bicarbonato en todo el mundo.

El bicarbonato de sodio en todo su esplendor

¡Reconocido por nuestros abuelos, el bicarbonato de sodio es uno de los productos más interesantes que puede haber en una casa!

Polivalente

Se usa para la higiene corporal, la salud, eliminar malos olores, limpiar la casa, dar brillo a ciertos objetos, desinfectar, guisar y como pesticida en el jardín y las terrazas.

Su poder ligeramente abrasivo permite eliminar numerosas clases de manchas, ya sean de suciedad o incrustadas.

Inodoro, el bicarbonato de sodio es una sal alcalina que se disuelve fácilmente en el agua. Actúa como un tampón porque es capaz de regular y estabilizar el pH cuando éste es demasiado ácido. Por ese motivo, se viene usando desde hace siglos para aliviar los ardores de estómago, facilitar las digestiones, en la higiene bucal... En uso externo, ablanda el agua previniendo la formación de cal en las tuberías y las estructuras de sanitarios y de las máquinas para lavar. Esta lista no es exhaustiva pero iremos descubriendo aplicaciones a lo largo del libro.

No contaminante

Este fino polvo blanco, formado por diminutos cristales, es completamente natural y no ofrece ningún peligro para el medio ambiente, porque no contamina. Una vez usado, es biodegradable.

No tóxico

Con el bicarbonato de sodio no hay ninguna necesidad de utilizar productos químicos, tóxicos o agresivos con la piel.

Es inofensivo: puede emplearse en los adultos, los niños, los animales de compañía y las plantas.

Eficaz

Se usa desde hace decenios en todas las casas y en el mundo entero con plena satisfacción, si creemos en los testimonios de los que lo utilizan.

Barato

El último criterio no es el menos importante, especialmente en tiempos de crisis económica. El bicarbonato no es caro y todo el mundo se lo puede permitir.

En definitiva, ¿se puede pedir más?

¿POR QUÉ USAR BICARBONATO DE SODIO?

Éstas son algunas de las razones que justifican la utilización del bicarbonato de sodio:

- permite múltiples usos

- se puede usar tanto en los adultos como en los niños, los animales, la casa, en elaboración de la comida y también en las plantas
- en uso externo reemplaza gran número de productos de la limpieza
- cuando se usa para limpiar no agrede la piel
- en el plano personal, se puede emplear como remedio para numerosos pequeños problemas y accidentes de la vida cotidiana
- es útil para la higiene personal y para suavizar la piel
- ha pasado la prueba definitiva: nuestras abuelas lo adoraban
- no es tóxico ni peligroso
- no es contaminante porque es biodegradable
- es barato y se conserva durante mucho tiempo
- se guarda con facilidad
- se encuentra sin problemas en todas las tiendas
- es ecológico y ayuda a conservar el planeta

¿CUÁLES SON SUS PRINCIPALES ACCIONES?

Se trata de una sustancia protectora: el bicarbonato de sodio tiene el poder de equilibrar el pH y de estabilizarlo. Por eso contribuye en al proceso digestivo de las sustancias ácidas.

- Es desodorante: ejerce una acción de barrera que impide la difusión en el aire de los malos olores procedentes de sustancias volátiles ácidas o fuertemente básicas.
- Es un polvo tipo levadura: el bicarbonato de sodio produce CO_2 cuando se calienta o se mezcla con

un elemento ácido (neutraliza el componente ácido transformándolo en CO_2). El gas producido de este modo, al entrar en contacto con la harina, la hace hincharse. El resultado es el aumento de volumen de la harina de trigo, antes de desaparecer.

- Corrige la dureza del agua: el bicarbonato disuelto en el agua evita que los iones de calcio se precipiten en forma de cal. En consecuencia, previene la formación de cal en los sanitarios o en el interior de electrodomésticos como el lavavajillas o la lavadora.
- Es un agente limpiador ligeramente abrasivo: el bicarbonato posee un considerable poder limpiador muy eficaz gracias a la presencia de pequeños cristales que raspan delicadamente las superficies sin arañarlas.

¿CÓMO HAY QUE UTILIZARLO?

- Para evitar los malos olores, podemos colocarlo en un bol o bien dejar el bote abierto para que absorba el mal olor.
- Espolvoreado directamente sobre las superficies, reaviva los colores de los tejidos y los desodoriza.
- Diluido en agua, sirve para limpiar, fregar y aumentar la potencia de los productos; suaviza la piel, alivia las inflamaciones, limpia los alimentos y evita los depósitos de cal.
- En forma de pasta, limpia en profundidad, por ejemplo los metales. La pasta se consigue con tres partes de bicarbonato y una de agua.

- Es un ingrediente esencial en muchas recetas, para elevar las masas, conservar el color original de los alimentos y hacerlos más digestivos.
- Si se echa directamente en el suelo o en el lugar que interese, mantiene alejados los insectos.
- En uso interno, debe diluirse en agua antes de tomarlo.

CUESTIONES PRÁCTICAS

¿Dónde podemos comprarlo?

El bicarbonato de sodio se encuentra fácilmente en las farmacias, parafarmacias, supermercados (en el pasillo de la sal, la harina, etc.), en colmados de barrio y en tiendas de dietética. A veces incluso en las droguerías.

Si lo compramos en las grandes superficies hay que estar atentos porque a menudo se encuentra junto a los botes de sal fina y se confunden. En efecto, puede estar presentado de manera tan idéntica que cuesta diferenciarlos. Puede presentarse en forma de un *brick* de cartón o, lo más común, en un bote de plástico cilíndrico con un disco giratorio en la parte superior que permite abrir el bote y que el bicarbonato pase a través de un agujero grande o de muchos pequeños (es decir, ¡exactamente igual que la sal fina!)

Los precios

Los precios pueden variar según las marcas, la cantidad de producto que haya en cada bote o el sitio donde lo compremos. Normalmente, en las grandes superficies el precio suele ser menor que en farmacias y parafarmacias o en colmados. Según mi propia experiencia, en los supermercados grandes los precios varían entre 1,5 y 2€

para un bote de 400 g, mientras que en las tiendas ecológicas lo podemos encontrar a 4€ el kg.

En lo que concierne a farmacias y parafarmacias, los precios varían según la voluntad de los propietarios.

La conservación

El bicarbonato de sodio se conserva muchísimo tiempo siempre que esté guardado en un armario al abrigo de la luz y la humedad. Podemos guardarlo en su envase original y resulta inútil guardarlo en otro tipo de recipiente, menos aún si se trata de un bote metálico. Debemos cerrar perfectamente el envase tras cada utilización porque el bicarbonato de sodio absorbe los malos olores de forma casi inmediata.

Medidas para su dosificación

- 1 cucharadita de café equivale a unos 5 g.
- 1 cucharada sopera equivale a unos 25 g.

Las marcas

Entre las marcas más vendidas en España se encuentran:

- Carmencita, bote cilíndrico de plástico.
- Sal Costa, en bote cilíndrico de plástico.

LA PRODUCCIÓN DEL BICARBONATO DE SODIO

En la actualidad, la mayor parte de la producción mundial de bicarbonato de sodio (aproximadamente el 70 %) se lleva a cabo mediante el procedimiento Solvay, a partir de sal y cal. El grupo belga Solvay, implantado en

numerosos países, es el primer productor mundial de bicarbonato.

El resto de bicarbonato del mundo se extrae directamente de yacimientos naturales, mediante la explotación del natrón, que es una mezcla de sal y carbonato de sodio. En 1938 se descubrió un enorme yacimiento en Wyoming (Estados Unidos) durante una perforación petrolífera, en el valle del río Green. La explotación de dicho lago, evaporado hace millones de años, reemplazó la producción sintética del bicarbonato de sodio en Estados Unidos. Otras explotaciones de natrón se encuentran en África, particularmente Kenia, Chad y Tanzania.

USO INDUSTRIAL DEL BICARBONATO DE SODIO

El bicarbonato de sodio es ampliamente utilizado en la industria, gracias a su capacidad para mantener el pH a 8,1. Ejerce, pues, una acción en soluciones ácidas, pero también en las fuertemente alcalinas. Por esa razón, está presente en la composición de numerosos y variados productos.

Se emplea fundamentalmente en las industrias:

- metalúrgica
- alimentaria, sobre todo en la producción de bollería industrial y de bebidas efervescentes
- vidrio
- detergentes, en polvo y jabones
- productos químicos diversos y plástico

- productos farmacéuticos como las sales de frutas, los dentífricos y todos los medicamentos digestivos para tratar la pirosis gástrica
- aguas minerales bicarbonatadas como el agua de Vichy
- alimentación animal, como elemento equilibrador de la alimentación según la estación o como alternativa a la sal.