



POLÊMICAS · CASA LIMPA – COMO TER

CASA LIMPA

COMO TER (E MANTER)

*15 minutos por dia · zero tóxico ·
ar puro, mente leve, corpo saudável.*

Edição Editorial · entrega imediata · drpin.site

Longevidade Viva · Dr. Walter PIN

— SUMÁRIO

O que você vai encontrar.

01	A Provocação	pág. 3
02	Chave #01 · A Regra Dos 15 Minutos	pág. 4
03	Chave #02 · Produtos Naturais Que Funcionam	pág. 5
04	Chave #03 · Ar Puro Em Casa	pág. 6
05	Chave #04 · Banheiro Zero Mofo	pág. 7
06	Chave #05 · Cozinha Zero Praga	pág. 8
07	Chave #06 · Quarto Anti-Ácaro	pág. 9
08	A Decisão Inteligente	pág. 10
09	Bibliografia & Dr. PIN	pág. 11



— A PROVOCAÇÃO

Sua casa adoece você ou cura você.

O ar de dentro de casa é 5× mais poluído que o ar da rua (EPA, 2023). Mofo, açúcar, formaldeído de móveis MDF, fragrância sintética de produto de limpeza — tudo entra pelo seu pulmão 24h por dia.

Casa limpa não é casa cheirosa. É casa com ar puro, superfície sem tóxico, menos poeira e rotina sustentável. 15 min/dia bem usados valem por 3h no fim de semana.