

ACIDO CITRICO, PREZIOSO ALLEATO PER LE PULIZIE DI CASA



Brillantante

Una delle parole d'ordine della nostra epoca è igienizzare. Perché non provare con l'acido citrico? Funziona anche come brillantante. Alquanto efficace è una soluzione al 10-15% di acido citrico in acqua. Si acquista facilmente (lo si trova in polvere) e a basso prezzo.



Ammorbidente

A causa di profumazioni sempre più pregnanti, gli ammorbidenti (il cui uso è consigliato) in commercio favoriscono le allergie. Il composto di acido citrico descritto in precedenza funge anche da ammorbidente. Senza conseguenze per la pelle.



Disincrostante

Per pulire dal calcare resistenze, tubi, pompe di lavatrici e lavastoviglie è sufficiente eseguire, una volta al mese, un ciclo normale di lavaggio a vuoto, sostituendo ai prodotti usati due, tre cucchiai di acido citrico. La resa migliora e si risparmia sulle bollette.

Elisir di bellezza al petrolio

Spesso quando ci troviamo al supermercato o in profumeria per scegliere un cosmetico consideriamo una marca conosciuta e un prezzo medio-alto come indicatori di buona qualità. Leggiamo quali sono i benefici promessi dal prodotto nelle poche righe che lo descrivono.

Ma raramente ci soffermiamo a leggerne i componenti. In fondo, pensiamo, se un ingrediente non è vietato da una legge sarà innocuo. Non è così. Anche se in piccole percentuali, ci sono elementi che possono causare problemi al nostro organismo. E all'ambiente.

QUANTO INQUINANO I COSMETICI e i detersivi? Tanto. Troppo. I primi più dei secondi, anche se pochi lo sanno. Eppure la tendenza è «green» e sugli scaffali di supermercati e profumerie si moltiplicano le confezioni verdoline e dal packaging ingannevole. Marketing a parte, come fare a essere sicuri di acquistare il prodotto giusto, per sé e per l'ambiente? Innanzitutto, imparando a leggerne la composizione. Lo ha detto chiaramente Fabrizio Zago (nella foto), chimico industriale, consulente in seno all'Unione Europea, fra i responsabili nell'attribuzione del marchio Ecolabel a detersivi, detergenti e cosmetici rispettosi dell'ambiente e dell'uomo, relatore dell'affollata conferenza promossa dalla Bioprofumeria «Volo di fiori», venerdì 11 maggio, a Codroipo. Negli anni l'abbandono della vecchia saponetta alla quale sono stati preferiti i detersivi chimici se, da un lato, ha risparmiato la nostra pelle, dall'altro, ha lasciato il segno nei mari. I detersivi chimici, infatti, sono penetrati sino al fondo, arricchendo i fanghi di numerosi minerali pesanti e sostanze, che, danneggiando gli abitanti sottomarini, arrivano

sulla nostra tavola. I composti chimici contenuti nei prodotti per l'igiene della persona, per esempio, contengono una serie di sostanze non biodegradabili come i BHT e i BHA. Si tratta di disturbatori endocrini. «Entrano nell'organismo simulando la struttura di ormoni pur non essendolo - ha spiegato Zago -, in modo tale che le ghiandole endocrine smettono di produrli con danni difficilmente prevedibili a lungo termine. Senza un sistema adeguato di trattamento delle acque reflue, dalle fogne finiscono in mare tonnellate di sostanze pericolose per l'ambiente». E per la salute. È bene allora bandire i disturbatori endocrini, ma anche i cesori di formaldeide, cancerogena. Nei cosmetici sono contenuti spesso i precursori della formaldeide, sostanze cioè capaci di liberarla.

Orientarsi nella giungla dei tantissimi cosmetici e prodotti per l'igiene in commercio è impresa ardua. A meno di non avere in tasca una laurea in chimica che renda agevole la comprensione delle etichette. Per tutti gli altri c'è il Biodizionario (www.biodizionario.it), creato nel 2000 dallo stesso Zago. Si tratta di



un elenco degli ingredienti impiegati nei cosmetici, di cui vengono indicati funzione e valutazione ecologica. Uno strumento per essere più consapevoli della reale qualità dei prodotti scelti, quando per qualità si intende la consapevolezza che un prodotto è buono anche perché non contribuisce all'inquinamento. Il giudizio è dato da semplici semafori. Rosso se non va bene, doppio rosso se non è accettabile, giallo se ci sono dei dubbi e verde se va bene.

Tanti i consigli per un uso intelligente di cosmetici e detersivi dispensati da Zago in risposta alle numerosissime domande del pubblico (*in basso, una sintesi*). Il consumatore, per la sua salute e quella dell'ambiente, si guardi bene dal Petrolatum, derivato dalla

raffinazione del petrolio, presente nei cosmetici più diffusi sul mercato. E pure dall'affine Paraffinum, contenuto in un noto olio per bambini. Le alternative a queste sostanze considerate cancerogene (ma una postilla della normativa permette ancora di utilizzarle) non mancano (Polydecene, Cocco gliceridi, Grubert alcool...). E ancora, occhio ai tensioattivi (sostanze composte da molecole che sciolgono lo sporco e lo fanno scivolare via con l'acqua). Ce ne sono in tutti i prodotti per la detergenza, come shampoo, bagnoschiuma, detergente intimo, sapone liquido. I più conosciuti sono il Sodium Laureth Sulfate e il Sodium Lauryl Sulfate. Il primo contiene alcune molecole petrolifere, il secondo è molto aggressivo. La Zeolite A è altamente tossica. Idem per l'EDTA, presente in moltissime confezioni, da evitare per la sua capacità di rendere il mercurio dei mari facilmente assimilabile dalla fauna marina.

Quanto a detersivi e prodotti per la pulizia della casa, massima fiducia nei prodotti Ecolabel (riconoscibili dal logo a forma di fiore), che sono sottoposti a severissimi test per assicurarne le elevate qualità ambientali e stagionali.

Un ultimo consiglio: diffidare dai prodotti che hanno l'etichetta «Non testato sugli animali». Non potrebbe essere altrimenti, ha chiarito Zago. È proibito, infatti, testare il prodotto finito sugli animali dal settembre del 2004. Ma non le materie prime.

SERVIZI DI ERIKA ADAMI



Solidi e liquidi

I saponi si dividono in solidi e liquidi. I primi sono altamente biodegradabili, ma il loro alto pH (9-9,5) li rende poco idonei sotto il profilo cosmetologico. Si possono utilizzare per lavare le mani, ma sono troppo aggressivi per la pelle dei bambini e per quella degli adulti nelle parti più sensibili. I saponi liquidi inquinano di più, ma il loro pH (5,5) è simile a quello della nostra pelle. Un uso bilanciato dei due prodotti è un buon compromesso.



Via gli odori

I deodoranti in commercio che contengono sali di alluminio cloridato «tappano» i pori impedendo di espellere sudore e tossine; quelli con sostanze antibatteriche (come il triclosan) eliminano i batteri, ma sono tossiche per gli organismi acquatici. Per salvaguardare salute e ambiente (eliminando i cattivi odori), meglio optare per un deodorante naturale a base di bicarbonato di sodio da tamponare sulle ascelle. Magari mescolato al talco, che assorbe il sudore.



Bicarbonato

Il bicarbonato è utile anche nella fabbricazione di paste dentifricie a zero impatto sull'ambiente e di ottima qualità pulente. Reso impalpabile utilizzando un macinino da caffè e mescolato con argilla bianca per avere un maggiore effetto sbiancante (si acquista in qualsiasi erboristeria), e magari con qualche foglia di menta, diventa un ottimo dentifricio. Il più economico al mondo, e il più naturale. Da conservare in una scatolaina per «intingervi» lo spazzolino.



Farina sui capelli

Pulire i capelli con la farina di ceci. È il consiglio di Zago per ottenere indubbi benefici senza aggredire le nostre chiome con processi di lavaggio simili a quelli che si usano con piatti, panni e automobili. La maggior parte degli shampoo in commercio contiene siliconi, che penetrano nel capello dilatandolo e, abbinati al phon, sfiandandolo fino a romperlo (ed ecco le doppie punte!). La farina assorbe il grasso in eccesso e si rimuove con qualche colpo di spazzola.



Antizanzare

È in arrivo l'estate e con essa le zanzare. Pur di evitare il fastidioso prurito delle loro punture, molti non esitano a cospargersi la pelle di repellenti chimici. Eppure i rimedi naturali ci sono. Alcune piante contengono sostanze chimiche che respingono le zanzare. È il caso dell'Erba gatta o Nepeta cataria. Zago consiglia una miscela di oli essenziali (Nepeta cataria, Citronella e Geranio): 20 gocce da sciogliere in alcol e acqua, nella stessa proporzione, e vaporizzare sul corpo.



No all'aceto

Molti lo considerano una soluzione ecologica per pulire la casa, efficacissima per far splendere di nuovo l'acciaio innox. Ma di ecologico, l'aceto, ha ben poco. Visto che ha, sottolinea Fabrizio Zago, un potenziale inquinante di 57 volte superiore a quello dell'acido citrico. Non solo. L'aceto aggredisce le superfici metalliche liberando il nichel che finisce nelle mani (da proteggere, dunque, sempre con i guanti), favorendo l'allergia, crescente, a questo metallo.



L'alternativa

È efficace contro germi, batteri, virus. Le sue proprietà disinfettanti sono note. Ma l'ipoclorito di sodio, meglio conosciuto come candeggina, ha ricadute ecologiche negative. Che fare allora per igienizzare? Usare una soluzione al 5% di acqua ossigenata. Occhio, però, nel manipolare questo prodotto, che ustiona la pelle. Meglio indossare occhiali, guanti e grembiule di plastica nella preparazione della soluzione, che non va conservata, ma fatta di volta in volta.



Due risciacqui

È bene ripetere il risciacquo, perché le nuove lavatrici usano poca acqua e c'è il rischio che il detersivo rimanga su tessuti e pelle. Per capi molto sporchi e lavaggi sopra i 40 gradi, i detersivi in polvere danno i risultati migliori. Indispensabile, però, l'uso di un ammorbidente ecologico o di acido citrico nell'ultimo risciacquo. Occhio a non usare il detersivo in polvere a basse temperature. Non si scioglie bene e la maggior parte del prodotto finisce nello scarico, inquinando.



Effetto ottico

I candeggianti ottici usati in moltissimi detersivi non tolgono la macchia, ma illudono il nostro occhio riflettendo un «bianco che più bianco non si può». Lasciano, infatti, una patina sul tessuto in grado di riflettere tutti i raggi di luce, anche quelli che non vedremo normalmente. Oltre a ingannarci, inquinano molto la vita acquatica. Altra bufala è l'acchiappacolori. I colori si depositano, infatti, tanto sul pannello raccoglicolori quanto sui vestiti.