



SCHEDA PRATICA

ai

DETERSIVI ECOLOGICI TRADIZIONALI & FAI-DA-TE

(a cura del gruppo MondoNuovo)

Questa scheda è il riassunto di un manuale pratico sui detersivi tradizionali e biologici.

Nel manuale è possibile trovare le spiegazioni e le prove oggettive del perché si consiglia un prodotto piuttosto che un altro; è frutto del lavoro di diverse persone che per 12 mesi hanno studiato, sperimentato e ricercato informazioni certe e definite, scartando semplici miti e passaparola non verificati.

Il lavoro è stato supervisionato da un chimico di una ditta produttrice di detersivi. Non esiste al momento, o non lo abbiamo trovato in mesi di ricerche, un manuale con queste caratteristiche.

Ogni giorno usiamo e SPRECHIAMO tanti detersivi che vanno ad inquinare inutilmente l'ambiente e a intossicare noi stessi.

Noi di MondoNuovo siamo partiti dal nostro pessimo modello d'uso e abuso dei detersivi e abbiamo deciso di **accettare una sfida meravigliosa: cambiare in meglio.**

Il manuale completo, questa scheda pratica e altro materiale da scaricare gratuitamente, potete trovarlo su internet:

<http://biodetersivi.altervista.org/>

PICCOLI GESTI SEMPLICI ed EFFICACI:

1. elimina i prodotti superflui! (spreco di detersivi = inquinamento = spreco economico)
2. al posto dei soliti spruzzini con detersivi convenzionali prepara e usa spruzzini con ACQUA e ACETO e/o con ACQUA e ACIDO CITRICO e/o con ACQUA e BICARBONATO (vedi ricette)
3. utilizza i PANNI MAGICI in microfibra; asciutti per spolverare, bagnati per pulire e sgrassare
4. utilizza ACQUA CALDA (potenzia qualunque tipo di lavaggio e detersivo)
5. lascia agire QUALCHE MINUTO i detersivi e i disinfettanti prima di rimuoverli
6. usa sempre i GUANTI

E' stato dimostrato in laboratorio che la metà esatta di una dose di detersivo, sia esso tradizionale o biologico, compie la grandissima parte del lavaggio.
L'altra metà serve solo ad ottenere un lieve miglioramento del lavaggio.
Da questa consapevolezza possiamo imparare ad usare sempre meno detersivo di quanto ne viene consigliato, e valutare i risultati.

PIATTI A MANO

consiglio per consumare meno acqua e detersivo:

- apri l'acqua calda nella vaschetta del lavaggio, piano, così non si riempie subito

- metti qualche goccia di detersivo direttamente sulla spugna, pulisci la stoviglia e risciaquala con l'acqua che sta riempiendo la vaschetta lavaggio

- usa un detersivo per piatti tradizionale (meglio se bio)
- per stoviglie poco unte puoi usare solo il “detersivo lavastoviglie fai da te” (*vedi ricetta*); è anche un ottimo anticalcare per il lavello
- utilizza i tovaglioli di carta, se li hai usati a tavola, per assorbire l'unto in eccesso dalle pentole e dai piatti (*così consumi meno detersivo*)
- pretratta le pentole e le stoviglie incrostate con lo spruzzino all'aceto/acido citrico o al bicarbonato (*aiuta a sgrassare e ammorbidire lo sporco*).
Oppure sciogli un cucchiaino di bicarbonato con acqua calda nella pentola sporca e lascia un po' in ammollo; in caso di sporco ostinato usa l'apposita spazzola per staccare i residui.
- il bicarbonato aumenta l'efficacia sgrassante del detersivo piatti convenzionale.
- l'acqua di cottura della pasta e del riso è particolarmente sgrassante, soprattutto se usata calda.
- puoi usare lo spruzzino al bicarbonato o aceto anche per pulire il lavandino, soprattutto quando ci devi lavare alimenti.

LAVASTOVIGLIE

- 2 cucchiaini di “detersivo lavastoviglie fai da te” al limone, sale e aceto (*vedi ricetta*)
Questo detersivo unito al calore della lavastoviglie lava benissimo e non lascia residui chimici sulle stoviglie!
Se si usa detersivo tradizionale lavastoviglie, sarebbe meglio fosse bio in quanto le stoviglie entrano in contatto con ciò che mangiamo. Si può anche alternare: a volte detersivo polvere, a volte detersivo “fai da te”.
- Meglio evitare del tutto il brillantante tradizionale. Puoi evitare di usare sostanze brillantanti, oppure puoi riempire la vaschetta del brillantante di aceto (o una soluzione al 15% di acido citrico – 100 ml di acqua e 15 g di acido citrico) e regolare la relativa manopola graduata sul numero più alto. L'acido citrico si compra in drogheria o farmacia. A volte è difficile trovarlo: puoi anche acquistarlo in internet da officina naturae (acido citrico anidro puro – ha effetto anticalcare, disincrostante, ammorbidente, brillantante).
- controlla spesso il livello del sale e pulisci il filtro ogni due settimane.

LAVATRICE

Il detersivo in polvere lava più del liquido, ed è indicato per bucati più sporchi. Il liquido è indicato per bucati delicati e meno sporchi. Il liquido inquina di più.

Quando possibile sono da preferire i detersivi in polvere (biologici o tradizionali), meglio se concentrati: richiedono un imballaggio più piccolo e non sono riempiti di sostanze inutili e inquinanti atte solo ad aumentarne il volume.

- pesa (**GR, polvere**) e misura (**ML, liquido**) il detersivo; leggi sempre le indicazioni riportate sulla confezione e fa attenzione ai ml e ai gr! **Il detersivo in eccesso rimane depositato nei tessuti, penetrando poi nella nostra pelle.**
- usa la pallina dosatrice nel cestello! (sia con il detersivo polvere che con quello liquido). Grazie alla sua azione meccanica (sbatte i panni nel cestello) *aumenta l'efficacia dei detersivi favorendone lo scioglimento e permettendo così di ridurre il dosaggio del 20%!*
- pesa i panni, *così puoi valutare con precisione la quantità di detersivo da usare*

- *L'ammorbidente tradizionale è spesso causa di irritazioni ed è il primo prodotto che i dermatologi consigliano di **non usare**. Si può ottenere un'ottima azione ammorbidente usando aceto al suo posto. Non rimane l'odore di aceto! ma solo il profumo del detersivo.*

Versa 100 ml di **aceto bianco** nella vaschetta dell'ammorbidente: efficace sia come **ammorbidente** che come **anticalcare**. Meglio ancora una soluzione di acido citrico al 10% (100 ml di acqua e 10 g di acido citrico)

In alternativa puoi usare un ammorbidente ecologico.

- se l'acqua non è particolarmente calcarea non è comunque necessario l'uso dell'anticalcare in quanto è già presente nel detersivo stesso, invece se l'acqua è molto calcarea si può aggiungere l'anticalcare, ma dosa la quantità di detersivo come per acqua dolce.
- Per **decalcificare** periodicamente la lavatrice in modo semplice (circa 1 volta al mese se l'acqua di casa è molto dura) lancia un programma lungo a 60° C, versando nel cestello 1 litro di aceto oppure la soluzione di acido citrico al 15% (150 g di acido citrico in 1 litro d'acqua).
- come **sbiancante** aggiungi 1 cucchiaino da tavola di **percarbonato** al detersivo polvere o liquido. In genere è già presente nei detersivi biologici. Quindi lo si aggiunge solo quando si ricerca un'azione sbiancante aggiuntiva. E' anche igienizzante già a 30° C. Il percarbonato è uno sbiancante ecologico; da NON confondere con il perborato che è teratogeno (tossico). Se non trovi il percarbonato in altro modo lo puoi acquistare facilmente in internet (marca "officina naturae" e "sonett").
- per **smacchiare**: pretratta le macchie con sapone di marsiglia. In caso di macchie grasse: qualche goccia di detersivo liquido per piatti direttamente sulla macchia. Solo per capi bianchi!: applicare sulla macchia del percarbonato diluito (a formare una pappetta tipo yogurt) e lascia agire circa 1 ora prima del lavaggio (non su capi delicati: lana, seta, pelle).

PAVIMENTI

- Per lavare i pavimenti 1 bicchiere di aceto in acqua calda oppure il vaporetto. Puoi anche usare detersivo (meglio se bio) alternando: una volta l'uno e una l'altro, a seconda delle necessità.
- Per spazzare i pavimenti sostituisci eventuali velette elettrostatiche con un panno in microfibra. *All'occorrenza invece di cambiare veletta/panno raccogli lo sporco con un po' di carta igienica inumidita e continua a pulire; così ne usi solo una per ogni pulizia. Meglio evitare le velette inumidite che sono intrise di prodotti chimici.*

PARQUET

- Puoi lavare il parquet con acqua calda e panno in microfibra ben strizzato
- oppure con acqua calda con un po' di aceto e panno in microfibra
- o in alternanza acqua calda con pochissimo detersivo per pavimenti (meglio se ecologico) e panno microfibra

VETRI

- acqua calda e aceto o lo spruzzino all'aceto (semplice ed efficace)
- oppure pulivetri "fai da te" – *delizioso!* (*vedi ricetta*)
- oppure fogli di giornale (quotidiano) e acqua; passa il vetro con la spugna bagnata e asciugalo con il foglio di giornale accartocciato. L'inchiostro del giornale fa risplendere il vetro.

SANITARI

- Premesso che vanno puliti con adeguati detergenti per sanitari, a volte alterne si può lavarli anche con acqua calda e bicarbonato di sodio oppure con acqua calda e aceto. In questo modo si ha un'azione profonda dovuta ai detergenti più aggressivi e un lavaggio leggero con detergenti più delicati quando i sanitari sono solo da ripassare.

RUBINETTI

- spruzza aceto, meglio se caldo, sui rubinetti per lucidare e togliere segni di calcare
Se il calcare ha ostruito le griglie rompigitto di rubinetti e della doccia, svitali e immergili nell'aceto finché il calcare non inizia a sciogliersi, dopodiché sciacquali e rimettili a posto.

WATER

Premesso che una pulizia a fondo con un buon detergente per sanitari sia necessaria, si può alternare con questi metodi:

- pulisci usando lo scopino del water su cui hai versato del bicarbonato di sodio (*detergente, igienizzante, neutralizza gli odori*)
- oppure aceto puro diluito in acqua caldissima versata sullo scopino

STURALAVANDINI

- mescola 150 g di sale da cucina e 150 g di bicarbonato di sodio o soda da bucato (Soda Solvay) e versali nello scarico. A seguire versa una pentola di acqua bollente.

Attenzione: se non si versa l'acqua subito si rischia di intasare lo scarico!

Utilizzando questo sistema con dosi ridotte e ripetendo la procedura una volta al mese, ci garantiremo sempre scarichi liberi.

FORNO

- pulisci spesso il forno con lo spruzzino all'aceto o al bicarbonato (meglio se a forno tiepido) e lascia agire qualche minuto prima di sciacquare. *I prodotti puliforno spray chimici sono parecchio tossici soprattutto se non risciacquati bene!*

FORNO MICROONDE

- mezzo bicchiere di acqua e succo di limone (o acqua e aceto) in parti uguali nel microonde. Fallo partire a potenza massima per 5-6 minuti e poi aspetta un paio di minuti prima di togliere il bicchiere e passare con una spugna morbida inumidita.

FRIGORIFERO

- pulisci con lo spruzzino all'aceto o con quello al bicarbonato e sciacqua
- per togliere gli odori dal frigorifero: metti qualche cucchiaio di bicarbonato in una ciotola larga e lasciala in frigorifero. Ha un'efficacia di circa 3 mesi.

TAGLIERI DI LEGNO E SUPERFICI A CONTATTO CON GLI ALIMENTI

- passali con una pasta fatta di acqua e bicarbonato (1 parte acqua e 3 parti bicarbonato) e sciacqua dopo qualche minuto (*ha effetto igienizzante, sgrassante e toglie gli odori*)

FUGHE PIASTRELLE

- applica del percarbonato diluito con acqua (fino alla densità del latte) sulle fughe annerite della ceramica per tutta la notte

LETTIERA PER GATTI

- il bicarbonato cosparso puro sulla lettiera del gatto ne assorbe gli odori.

PULIZIA ARGENTO

- prepara una pastella di bicarbonato e acqua e passala sull'argento con uno straccio, sfregando bene.

ATTENZIONE!

CANDEGGINA, AMMONIACA, TRIELINA, VERNICI, ANTIPARASSITARI, INSETTICIDI...
SONO PERICOLOSI PER LA SALUTE E INQUINANO L'AMBIENTE SE DISPERSI!

OLI ESSENZIALI

Gli oli essenziali sono sostanze oleose profumate che si estraggono da parti di piante : fiori, frutti, buccia, radici e foglie.

Da non confondere con le “essenze” o “aromi” che si trovano al supermercato, gli oli essenziali da noi indicati e utilizzati si trovano nelle erboristerie e nei negozi biologici e devono essere specificati come PURO OLIO ESSENZIALE NATURALE (meglio se bio).

Vanno utilizzati con CURA E ATTENZIONE, IN PICCOLE DOSI E MOLTO DILUITI.

Si conservano per circa tre mesi quando diluiti, conviene preparare spruzzini e detergenti in quantità limitate.

Gli oli essenziali non si sciolgono in acqua ; si sciolgono invece negli oli grassi, nell'alcool e nel sapone liquido.

Non si devono mescolare con aceto e limone, che li inattivano.

Indichiamo alcuni oli essenziali con potere disinfettante: tea tree (detto anche melaleuca o albero del tè), lavanda, limone, timo.

Attenzione all'uso di oli essenziali in presenza di donne in gravidanza e bambini o persone facenti uso di rimedi omeopatici: alcune essenze possono disturbare queste persone. Chiedere informazioni all'erborista o al negoziante.

DETERSIVI CONCENTRATI : RICARICHE

E' ecologico comprare detersivi concentrati, siano essi biologici o tradizionali: permettono di risparmiare soldi e imballaggi che inutilmente vengono comprati e buttati ad ogni acquisto.

Quando possibile scegliete detersivi in contenitori di cartone - facilmente riciclabili- invece di flaconi in plastica che si riciclano con costi e inquinamento maggiori.

In alcune città è possibile comprare il detersivo a peso, riportando il precedente flacone e pagando solo la ricarica.

DETERSIVI BIO - ECOLOGICI: alcune marche e categorie di prezzi

Incominciando ad adottare questi semplici ed efficaci sistemi di pulizia vi accorgete che eliminerete tantissimi prodotti inutili, costosi ed inquinanti! Parimenti diminuirà l'inquinamento domestico di casa vostra.

Avrete bisogno solamente di pochissimi detersivi e a questo punto sarebbe opportuno comprare quelli bio-ecologici.

Potete trovare tante tipologie e marche di detersivi bio-ecologici, incominciando magari da quelle più economiche che si vendono anche al supermercato; come p.es. i prodotti certificati **ECOLABEL**:

alla **Coop** : i detersivi eco-logici “**coop_ecolabel**”

da **Esselunga**: i detersivi ecologici della catena “**il gabbiano**”, anch'essi ecolabel. La linea esselunga il gabbiano offre anche tantissimi prodotti corpo; il rapporto qualità/prezzo è ottimo.

Questi prodotti non hanno un livello di biologicità altissimo, in quanto possono esservi sostanze di origine petrolchimica, ma hanno standard ecologici alti (altamente biodegradabili), garantiti dalle norme ecolabel.

Sono un ottimo compromesso tra il prodotto radicalmente chimico, e il prodotto radicalmente biologico

In commercio si trovano tante marche biologiche, più o meno valide. Per quanto riguarda prodotti di alta qualità biologica, uno spazio particolare lo riserviamo ai prodotti di **officina naturae**.

Li abbiamo testati per questa ricerca e li usiamo quotidianamente.

Di essi apprezziamo la totalità del prodotto: dagli ingredienti usati, alla filosofia legata al progetto, all'utilizzo di materie prime da progetti equo solidale.

Consigliamo di visionare il loro sito internet www.officinaturae.com

Ci siamo chiesti se fosse opportuno segnalare così spesso questa marca in una ricerca indipendente e libera come la nostra: avevamo paura potesse sembrare un lavoro sponsorizzato da una ditta in particolare. Così non è.

La nostra fiducia e la nostra gratitudine sono rinnovate dalla grande disponibilità che officina naturae ci ha dimostrato, non solo nel rispondere alle nostre domande, ma accettando di aiutarci, correggendo il manuale a più riprese, senza chiederci nulla in cambio.

Hanno condiviso il loro sapere in un vero progetto open source.

Il Mondo Siamo Noi. Ciò che conta davvero è darsi una mano, e Insieme Creare, un Mondo Nuovo.

RICETTE DETERSIVI BIO_ALLEGRI

DETERSIVO LAVASTOVIGLIE “fai da te”

3 limoni, 400 ml di acqua, 200 gr di sale, 100 ml di aceto bianco

Tagliare i limoni in 4-5 pezzi togliendo solo i semi (è più facile se tagliate i limoni a rondelle).

Frullarli con un mixer insieme ad un po' di acqua e al sale. Per evitare intasamenti del filtro lavastoviglie, frullate a lungo e molto finemente la poltiglia.

Mettere la poltiglia in una pentola, aggiungere tutta l'acqua e l'aceto e far bollire per circa 10 minuti girando con una frusta perché non si attacchi. Quando si è addensato e un po' raffreddato mettere in vasetti di vetro.

Usane due cucchiaini da minestra nella vaschetta del detersivo.

Può essere utilizzato anche per il lavaggio a mano delle stoviglie non unte.

PULITUTTO E LAVAVETRI “fai da te”

Per 500 ml servono: - 100 ml di alcool per liquori *
- 400 ml di acqua **
- 8-10 gocce di detersivo per piatti
- qualche goccia di olio essenziale a scelta (5 gocce o poco più).

Miscelare il tutto in uno spruzzino.

* *l'alcool alimentare bianco è inodore e ottimo per questo detersivo, ma se non vi dà fastidio l'odore dell'alcool rosa si può usare anche quello alimentare*

** *usare acqua distillata se l'acqua di rubinetto è troppo calcarea (quest'ultima potrebbe lasciare aloni di calcare su superfici più delicate e brillanti, come vetri e acciaio)*

SPRUZZINO CON ACQUA E ACETO

Diluire a scelta il 20%, 30% o 40% di aceto in restante acqua.

Per 500 ml: 20% = 100 ml di aceto in 400 ml di acqua
 30% = 150 ml di aceto in 350 ml di acqua
 40% = 200 ml di aceto in 300 ml di acqua

Se l'acqua di rubinetto è troppo calcarea puoi usare l'acqua distillata per evitare macchie di calcare. Eventualmente usa l'aceto di mele che ha un odore più gradevole.

Attenzione: non utilizzare su marmo e pietre, legno, cotto e tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.

SPRUZZINO CON ACQUA E ACIDO CITRICO - soluzione al 15%

Sciogliere 75 g di acido citrico in 500 ml di d'acqua.

Elimina le incrostazioni calcaree.

Lasciare agire qualche minuto prima di risciacquare.

Attenzione: non utilizzare su marmo e pietre, legno, cotto e tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.

SPRUZZINO CON ACQUA E BICARBONATO

Sciogliere al massimo 48 g di bicarbonato in 500 ml d'acqua.

Agitare sempre prima dell'uso.

Il bicarbonato è igienizzante, sgrassante e assorbe gli odori.

Attenzione: l'aceto e l'acido citrico (acidi) non vanno assolutamente mescolati al bicarbonato (basico), in quanto chimicamente opposti (si invalidano a vicenda).

*ciclostilato in proprio