



SCHEDA PRATICA ai DETERSIVI ECOLOGICI TRADIZIONALI & FAI-DA-TE

(a cura del gruppo MondoNuovo)



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

Nel manuale è possibile trovare le spiegazioni e le prove oggettive del perché si consiglia un prodotto piuttosto che un altro. Esso è frutto del lavoro di diverse persone che ormai da tre anni studiano, sperimentano e ricercano 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. Prima di questo lavoro non esisteva, o non lo abbiamo trovato in mesi di ricerche, un manuale con le stesse caratteristiche. Oggi il manuale è anche un libro, edito dalla EMI col titolo “*Guida ai detersivi bioallegri*”.

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 testo del manuale, questa scheda pratica e altro materiale da scaricare gratuitamente, potete trovarli su internet nel sito

<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 spruzzatori con detergenti convenzionali, prepara e usa spruzzatori 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 detergenti 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 risciacquala con l'acqua che sta riempiendo la vaschetta del lavaggio

- per stoviglie molto sporche usa un detersivo per piatti tradizionale (meglio ancora 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 spruzzatore 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 spruzzatore al bicarbonato o all'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 commerciale, 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 con aceto (oppure 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 nei negozi di agraria. Se nella propria zona è difficile trovarlo, si può ordinarlo in internet.
- 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 detersivo 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.**
- pesa i panni, *così puoi valutare con precisione la quantità di detersivo da usare*
- usa la pallina dosatrice nel cestello! (sia con il detersivo polvere che con quello liquido). Grazie alla sua azione meccanica (sbatte e allontana i panni nel cestello) *aumenta l'efficacia dei detersivi favorendone lo scioglimento e permettendo così di ridurre il dosaggio del 20%!*
- *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 15-20 % (100 ml di acqua e 15-20 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 40° C. Il percarbonato è uno sbiancante ecologico; da NON confondere con il perborato che è teratogeno (dannoso per il feto). 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 il **detergente/lucidante sanitari fai da te** (vedi ricetta) oppure un altro detersivo (meglio se bio) alternando ora l'uno e ora 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 spruzzatore 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

- Alternare il **detergente/lucidante sanitari fai da te** (vedi ricetta) a un semplice ripasso con acqua calda e bicarbonato di sodio, oppure con acqua calda e aceto. In caso di molto sporco usare **la crema detergente fai da te** (vedi ricetta) oppure un detersivo specifico.

RUBINETTI

- spruzza aceto, meglio se caldo, sui rubinetti per lucidare e togliere segni di calcare
Se il calcare ha ostruito le griglie rompigitto dei rubinetti e della doccia, svitale e immergile nell'aceto finché il calcare non inizia a sciogliersi, dopodiché sciacquale e rimettilo a posto.

WATER

Consigliamo il *detergente/lucidante sanitari fai da te* ([vedi ricetta](#)) oppure la *crema detergente fai da te* ([vedi ricetta](#)). Per una pulizia veloce puoi usare questi metodi:

- pulisci usando lo scopino del water su cui hai versato del bicarbonato di sodio;
- oppure versa sullo scopino aceto puro diluito in acqua caldissima.

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 spruzzatore all'aceto o al bicarbonato (meglio se a forno tiepido) e lascia agire qualche minuto prima di sciacquare. *I prodotti puliforno spray di sintesi sono parecchio tossici soprattutto se non risciacquati bene!*

FORNO A 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 spruzzatore all'aceto o con quello al bicarbonato e sciacqua
- Per togliere gli odori dal frigorifero: metti qualche cucchiaino 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

- Fai una papetta di percarbonato, applicala sulle fughe annerite e lasciala in posa per tutta la notte.

LETTIERA PER GATTI

Il bicarbonato cosperso 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.
- Oppure usa il *detersivo piatti fai da te* ([vedi ricetta](#)) e sciacqua 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.

Dopo essere stati diluiti si conservano per circa tre mesi, perciò conviene preparare spruzzatori 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.

È sconsigliato mescolarli con aceto e limone perché l'acidità potrebbe rendere inattivi alcuni tipi.

Tutte le essenze sono moderatamente antisettiche e disinfettanti. In particolare:

- per **disinfettare** l'ambiente: cannella, eucaliptus, garofano, ginepro, lavanda, limone, origano, salvia, timo, tea tree;
- contro **insetti**: basilico, lavanda, limone, maggiorana, melissa;
- contro le **muffe**: lavanda e geranio.

Attenzione all'uso di oli essenziali in presenza di donne in gravidanza e bambini o persone che stanno assumendo rimedi omeopatici: alcune essenze possono essere controindicate. Chiedere informazioni all'erborista o al negoziante.

DETERSIVI CONCENTRATI e “ALLA SPINA”

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, portando il flacone e pagando solo la ricarica.

DETERSIVI BIO - ECOLOGICI: alcune marche e categorie di prezzi

Cominciando 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 col gabbiano offre anche tantissimi prodotti corpo; il rapporto qualità/prezzo è ottimo.

Questi prodotti non sono del tutto biologici, in quanto possono contenere sostanze di origine petrolchimica, ma certificano alta biodegradabilità e ottime prestazioni di lavaggio.

Sono un valido compromesso tra il prodotto radicalmente chimico, e il prodotto radicalmente biologico.

In commercio si trovano molte marche biologiche, più o meno valide. Fra i tanti sperimentati abbiamo trovato particolarmente efficaci i prodotti di **Officina naturae**. Consigliamo di visionare il sito internet www.officinaturae.com anche per le spiegazioni dei prodotti e i suggerimenti d'uso.

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 o li spremete).
- 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. Controllate l'efficacia del vostro frullatore, altrimenti resteranno residui anche sulle stoviglie.
- Mettere la poltiglia in una pentola, aggiungere tutta l'acqua e l'aceto e far bollire per circa 10 minuti mescolando, affinché non si attacchi. Quando il preparato si è addensato, metterlo in vasetti di vetro, possibilmente ancora caldo: si crea un sottovuoto che conserva il detersivo più a lungo.
- Come si usa:
 - Due cucchiaini da minestra per la lavastoviglie. Non mischiate il detersivo fai da te a quello classico per lavastoviglie.
 - A piacere per i piatti a mano. In caso di stoviglie unte basta aggiungere sulla spugna un po' di detersivo classico per piatti a mano visto che, a differenza di quello per lavastoviglie, può mischiarsi con quello fai da te.

• **Attenzione!**

Alcune persone ci hanno segnalato che il miscuglio rimane grossolano e non lava bene. Ciò dipende dalla potenza del frullatore e dalle caratteristiche della lavastoviglie. Quando la poltiglia è intiepidita, ripassarla al frullatore.

- Inoltre è consigliabile alternare a un certo numero di lavaggi, uno con detersivo lavastoviglie bio o tradizionale.

DETERSIVO GENERICO E PER I VETRI “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 spruzzatore.

* *l'alcool alimentare bianco è inodore e ottimo per questo detersivo, ma di costo elevato. Potete usare anche l'alcool denaturato (rosa), se non vi dà fastidio l'odore.*

** *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)*

DETERGENTE/LUCIDANTE SANITARI “fai da te”

- In uno spruzzatore diluire 75 gr. di acido citrico in 250 ml di acqua tiepida e aggiungere un cucchiaino di detersivo piatti. Miscelare il tutto.

Rimuove allo stesso tempo sporco e calcare e dona brillantezza!

Consigliamo una dose limitata perché dopo qualche giorno la soluzione potrebbe assumere un cattivo odore (dovuto alla scomposizione dei tensioattivi da parte dell'acido) e perdere efficacia.

Nel forum di Promiseland la stessa ricetta viene consigliata in questa variante: mescolare al momento, su una spugna, aceto con detersivo piatti.

CREMA DETERGENTE “fai da te”

Sempre nel forum di Promiseland viene consigliata questa ricetta:

- miscelare bicarbonato con detersivo piatti fino ad ottenere una pappetta semi-liquida (della consistenza del Cif).

Esercita un'azione leggermente abrasiva. Si può usare quindi per il lavello di cucina o per sanitari particolarmente sporchi. Utile anche per le pentole bruciate.

SPRUZZATORE 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 è meglio usare l'acqua distillata. 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.

SPRUZZATORE 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.

ACIDO CITRICO

ANTICALCARE – AMMORBIDENTE – DISINCROSTANTE - BRILLANTANTE

Modalità d'uso

- Su tutte le superfici lavabili: applicare una soluzione al 15% per eliminare le incrostazioni calcaree. Lasciare agire qualche minuto e risciacquare. Non utilizzare su marmo e pietre, legno, cotto e tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.
- In lavatrice come disincrostante: ogni mese versare 1 litro di una soluzione al 15% direttamente nel cestello vuoto e avviare un programma ad alta temperatura.
- In lavatrice come ammorbidente: versare 100 ml di una soluzione al 15 o 20% nella vaschetta dell'ammorbidente.
- In lavastoviglie come brillantante: riempire la vaschetta del brillantante con una soluzione al 15% e regolare l'indicatore al massimo.

Preparazione di una soluzione al 15-20% : sciogliere 150-200 gr. di acido citrico anidro puro in 1 litro d'acqua tiepida.

Se l'acido citrico è monoidrato le quantità diventano 165-220 gr in 1 litro.

Attenzione: l'aceto e l'acido citrico (acidi) non vanno assolutamente mescolati al bicarbonato (basico), in quanto chimicamente opposti (si neutralizzano a vicenda). Qui di seguito diamo uno schema delle associazioni permesse e quelle vietate.

Sostanza	NON si può mescolare con	Si può mescolare con
Bicarbonato	Aceto – Acido citrico	Detersivo lavatrice - lavastoviglie
Soda solvay	Aceto – Acido citrico	
Percarbonato	Aceto – Acido citrico	Detersivo lavatrice - lavastoviglie
Detersivo piatti fai-da-te	Bicarbonato – Percarbonato - Soda	Detersivo piatti commerciale
Detersivo lavatrice	Aceto – Acido citrico	Bicarbonato- percarbonato
Detersivo lavastoviglie	Aceto – Acido citrico	Bicarbonato- percarbonato
Alcuni oli essenziali	Aceto – Acido citrico	
Ammoniaca	Aceto – Acidi	
Candeggina	Aceto – Acidi	

Nota sulla conservazione dei detersivi “fai da te”

Tutti i composti che contengono alcool o aceto si conservano a lungo, in quanto tali sostanze fanno da conservante (i sottaceti si conservano con aceto, la conservazione di alcuni alimenti sottosale è altrettanto valida, idem per conservazione in sostanze alcooliche).

Il detersivo fai da te sale-limone si conserva a lungo; lo abbiamo tenuto anche due mesi in vasetto di vetro e usato fino alla fine. Per sicurezza potremmo dire che si conserva un mese. Chi lo usa abitualmente lo finisce assai prima, nelle proporzioni da noi indicate. Per maggior precauzione si consiglia di versarlo ancora caldo in vasetti di piccole dimensioni e tappare subito; lasciarlo raffreddare e conservarlo in frigorifero, prendendo un vasetto per volta e avendo l'accortezza di prelevare il composto con un cucchiaino pulito.

Anche il detergente vetri fai da te e gli spruzzatori con bicarbonato e acido citrico si conservano a lungo. Tuttavia consigliamo, quando si fanno diluizioni acquose, di prepararne quantità non eccessive, che si esauriscano in un tempo ragionevole.

Pressoché tutti i detersivi liquidi contengono conservanti per evitare la proliferazione dei microrganismi. Alcune persone sono solite diluirli, per esempio nei dosatori, per usarne meno. È senz'altro una buona pratica, ma consigliamo di diluirli al momento dell'uso o comunque di usare le soluzioni diluite entro pochi giorni.

Stampato in proprio
Marzo 2009

MondoNuovo
<http://biodetersivi.blogspot.com/>