

Piccola guida ai detergenti naturali per la cura e la pulizia della casa

“Il modo più intelligente per risparmiare è non inquinare; il modo più intelligente per rispettare l'ambiente è risparmiare”

Roberta Marzola

Il progresso industriale di questo ultimo secolo ed il conseguente sviluppo economico hanno causato un notevole incremento nell'utilizzo di uno dei beni più preziosi, l'acqua. L'incremento del consumo di acqua ha, come conseguenza diretta, un aumento dell'inquinamento idrico inteso come degradazione della qualità dell'acqua, che ne preclude parzialmente o totalmente l'uso a cui è stata destinata. I detergenti, una volta rappresentati dai soli saponi, comprendono oggi una vasta gamma di prodotti utili per la pulizia di superfici o il lavaggio di indumenti e sono utilizzati in grande quantità, sia in ambito domestico, che industriale. Spesso questi prodotti contengono dei composti chimici che, se presenti in grande concentrazione, possono essere dannosi per la salute umana e compromettere i delicati equilibri degli ecosistemi, a causa della loro tossicità intrinseca, della loro permanenza nell'ambiente e dell'alto potenziale di bioaccumulo. Per questi motivi è importante effettuare un sempre più attento, corretto e consapevole uso di questi prodotti.

Come riconoscere i prodotti ecologici

Il marchio ufficiale europeo ecolabel è un riferimento sicuro per i consumatori. L'etichetta ecologica europea è stata istituita dalla commissione europea per contrassegnare beni di largo consumo. E' un marchio volontario: i produttori di beni e servizi lo possono chiedere e lo ottengono, purchè gli esami di un apposito organismo pubblico attestino che il loro prodotto ha un ridotto impatto ambientale durante l'intero ciclo di vita: produzione, utilizzo, smaltimento finale. I criteri da accertare sono gli impatti sulla qualità dell'aria; la qualità dell'acqua; la protezione del suolo; la riduzione dei rifiuti; il risparmio energetico; la gestione delle risorse naturali; la prevenzione del cambiamento climatico; la protezione della fascia di ozono; la sicurezza ambientale; il rumore; la biodiversità.

Per i prodotti che non hanno tale marchio europeo è importante che la biodegradabilità al 98% o al 100% avvenga in un tempo inferiore ai 19 giorni. L'agente lavante dovrebbe essere il sapone vegetale che a differenza dei detersivi sintetici, addolcisce l'acqua, è alcalino, naturalmente profumato e ingrassante.

La base lavante può contenere al massimo tensioattivi semisintetici derivanti da grassi vegetali. Auspicabile la presenza di argilla ed estratti di erbe e oli essenziali.

Un detergente classico ed ecologico è il sapone di Marsiglia, ma è necessario controllare l'etichetta: se fra gli ingredienti c'è il *sodium tallowate* vuol dire che la saponificazione è avvenuta a partire da grassi animali, invece il *sodium cocoate* indica la presenza di olio di cocco e *olea europea* di olio d'oliva.

LA LISCIVA : Un detersivo naturale

Parente stretto del bicarbonato è il sodio carbonato, dalla quale fin dall'antichità si ricava un detersivo denominato lisciva. Le prime liscive furono fabbricate dai greci e dai romani usando i sali di potassio contenuti nella cenere. Ancora oggi la lisciva che si trova sul mercato è di origine naturale, ma il sodio carbonato viene ricavato da miniere di salgemma: da queste si estrae il cloruro di sodio (sale da cucina), che messo in contatto con l'anidride carbonica libera cloro, formando così il sodio carbonato, il cui ph alcalino ha un alto potere detergente. Si crea successivamente una soluzione con un 3% di sapone di Marsiglia, ottenendo così un detersivo biodegradabile al 100%, il cui prezzo si aggira intorno alla metà di quello dei normali detersivi. La lisciva è particolarmente indicata per il bucato in lavatrice a 60° per i bianchi. Può essere usata in genere dove c'è bisogno di uno sgrassante. Viene usata per esempio per la pulizia del marmo. L'unico problema che si può presentare con l'utilizzo prolungato della lisciva per il bucato è la formazione di una patina opaca sull'oblò della lavatrice. A questo si può però facilmente ovviare lavandolo una volta al mese con aceto.

L'impatto sulla pelle si limita alla sua azione sgrassante, che toglie la naturale barriera protettiva della cute; quindi solo nel caso di un utilizzo prolungato e quotidiano si rende necessario l'utilizzo di guanti.

Occhio all'etichetta: la vera lisciva contiene solamente carbonato di sodio, sapone di Marsiglia e al limite un profumo. Non deve contenere fosfati, sbiancanti ottici, enzimi o altre sostanze non naturali.

PERCARBONATO di sodio

Il Percarbonato di Sodio è uno Sbiancante in polvere che migliora il lavaggio in presenza di acque dure grazie alla presenza di Silice Lamellare. Ha un'azione igienizzante per bucato, stoviglie e accessori di uso comune. Igienizza, sbianca e smacchia già a 30°.

Modalità d'uso: si consiglia l'utilizzo del Percarbonato in aggiunta alla polvere lavatrice e al liquido bucato a mano e lavatrice per eliminare le macchie persistenti e igienizzare i capi, anche in ammollo. Si può altresì utilizzare, mezzo cucchiaino in aggiunta alla polvere lavastoviglie, per igienizzare le stoviglie e rendere perfettamente pulito e brillante l'interno della macchina. Conservare in luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce. Non usare su capi delicati (lana, seta, pelle).

ACIDO CITRICO ANIDRO PURO

Modalità d'uso: Preparando una soluzione al 10/15% (sciogliere 100/150 grammi di acido citrico in 1 litro di acqua distillata) è possibile utilizzarla:

- ✓ **Su tutte le superfici lavabili:** applicare una soluzione al 15% per eliminare le incrostazioni calcaree, lasciare agire qualche minuto quindi risciacquare.
- ✓ **In lavatrice si può usare l'acido citrico come disincrostante:** ogni mese versare 1 litro di una soluzione al 15% direttamente nel cestello vuoto e avviare un programma ad alta temperatura (60°C)
- ✓ **In lavatrice come ammorbidente:** versare 100 ml di una soluzione al 10% nella vaschetta dell'ammorbidente.
- ✓ **In lavastoviglie come brillantante:** riempire la vaschetta del brillantante con una soluzione al 15% e regolare l'indicatore al massimo.

Conservare il contenitore dell'**acido citrico** ben chiuso, in luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce. Non mescolare con altri additivi. Non usare direttamente sui tessuti. Non utilizzare su marmo e pietre, legno, tutte le superfici sulle quali è sconsigliato l'uso di sostanze acide.

FOGLIETTI ACCHIAPPACOLORE

I foglietti acchiappacolori tanto pubblicizzati, sono realizzati attaccando ad un tessuto sintetico, dei tensioattivi quaternari epossilati cationici, cioè con carica positiva (+). Sono tensioattivi non biodegradabili e nocivi per gli organismi acquatici. Viceversa i colori utilizzati per i tessuti sono carichi negativamente (-). Quando in fase di lavaggio i tessuti perdono il colore, quest'ultimo viene "attirato", come una calamita, dal foglietto e si fissa su di esso. La quantità di colore fissato è tale che psicologicamente pensiamo di aver salvato il nostro bucato dal rosa generalizzato. In realtà il colore che si è liberato nell'acqua di lavaggio non si sarebbe fissato sui capi e non avrebbe causato alcun danno. Però noi vediamo il foglietto colorato e pensiamo che funzioni. Gli stessi produttori sconsigliano l'uso del foglietto con i tessuti colorati che più facilmente rilasciano molecole nell'acqua di lavaggi (rosso, blu scuro). C'è da aggiungere che anche i tensioattivi presenti nei detersivi hanno spesso carica negativa (-) e quindi sono a loro volta attirati dal foglietto, riducendo la capacità lavante.

Detersivi acchiappacolori

Ogni tanto vengono proposti sul mercato prodotti "miracolosi." Tra i tanti troviamo i detersivi liquidi che permettono di lavare assieme i capi colorati, senza che i colori si mescolino. L'ingrediente che permette questo "miracolo" è il PVP (Polivinil pirrolidone). Questo polimero ha svariati impieghi, dalla produzione di colle per il legno alla produzione della birra! Una volta aggiunto alla formula di un detersivo liquido e giunto a contatto con i tessuti, ne riveste come una pellicola tutte le fibre, impedendo al colore di diffondersi nell'acqua di lavaggio macchiando altri capi. A questo punto però il vostro capo, magari di un pregiato filato in cotone biologico tinto con tinte vegetali, è rivestito di un film "plastico" e sulla pelle non avrete il piacevole contatto con una fibra naturale, ma una sostanza sintetica, per di più scarsamente biodegradabile.

ACETO MILLEUSI

L'aceto è ideale per pulire e per togliere le macchie ma non solo...usato a gocce su un panno inumidito:

- aiuta a rimuovere le macchie di frutta dalle mani
- toglie il calcare dal ferro da stiro
- elimina le macchie più ostinate
- fa sparire l'odore di fumo dai vestiti

- pulisce la pelle
- ammorbidisce i pennelli da pitture
- toglie la ruggine
- rende più brillanti le superfici in formica
- lucida il rame e il linoleum
- deodora la cucina quando dopo aver lessato il cavolfiore
- elimina l'odore di cipolla dalle mani
- pulisce e disinfetta gli armadietti della cucina
- sgrassa e deodora le pentole
- pulisce il frigo, la lavastoviglie, il forno a microonde, le teiere, le caffettiere e le bottiglie
- fa rispendere le lenti degli occhiali
- uno straccio impregnato di acqua e aceto posto sul termo caldo toglie l'odore di fumo dall'ambiente
- alcune gocce di aceto aggiunte all'acqua dei fiori recisi li aiuta a rimanere freschi più a lungo
- per pulire i tegami di rame strofinare con una miscela di aceto, farina gialla e sale fino, lavare con acqua fredda e asciugare con panno
- l'aceto è il migliore antidoto contro la sostanza urticante delle meduse perchè riduce fino al 75% la scarica di veleno. In caso di puntura di medusa o ape passa sulla zona del cotone imbevuto di aceto
- per inibire la proliferazioni di funghi e batteri è possibile fare un semicupio per le zone intime diluendo 4 cucchiaini di aceto per ogni litro di acqua
- qualche goccia di aceto nell'acqua di bollitura delle uova ne evita la rottura
- può servire a correggere un sugo al pomodoro troppo "dolce"
- due cucchiaini all'acqua del primo lavaggio delle verdure aiuta a liberarle dagli insettini
- un canovaccio imbevuto di aceto che avvolge il formaggio impedisce che ammuffisca perché blocca la proliferazione di germi

BICARBONATO MILLEUSI

Per la salute

- lavaggi frequenti con acqua e bicarbonato sono consigliati per le infiammazioni delle palpebre, le congiuntiviti e gli orzaioli. Riduce i fastidi, i bruciori e i gonfiori legati alle infiammazioni oculari perché combatte i batteri e decongestiona.
- Anche gli arrossamenti e le infezioni da candida sul sederino dei bambini o le macchie bianche in bocca (mughetto) si possono combattere con il bicarbonato. Sciogliere un cucchiaino di bicarbonato in una tazza di acqua e usarla per lavare il sederino del piccolo un paio di volte al giorno. Non sciacquare, asciugare soltanto. Stessa dose per il mughetto, intingi un bastoncino per le orecchie e usalo per toccare le macchie in bocca, due volte al giorno lontano dai pasti
- Antisettico, il bicarbonato allevia i fastidi della Candida e delle infiammazioni vaginali più leggere. E' utile anche alle donne che usano assorbenti interni, come antibatterico rispettoso delle mucose. Si può usarlo nella dose di un cucchiaino in un litro di acqua tiepida per irrigazioni di cinque minuti, più volte al giorno durante le mestruazioni. Un metodo che è anche un piccolo, semplice "aiuto naturale" per rimanere incinta. Il bicarbonato infatti crea un ambiente genitale meno acido, dove gli spermatozoi sopravvivono più a lungo e hanno maggiori possibilità di raggiungere l'ovulo e fecondarlo.
- Antiacido naturale: ½ cucchiaino in mezzo bicchiere d'acqua (o succo di arancia o di limone) neutralizza l'acidità e i bruciori senza influire sulla digestione.
- Combatte la carie e sbianca lo smalto: sciacqui con acqua e bicarbonato (un cucchiaino in due tazze di acqua) eliminano i batteri che provocano la carie, remineralizzano i denti e riducono le infiammazioni alle gengive. Leggermente abrasivo può essere usato a pizzichi sullo spazzolino umido al posto del dentifricio, una sola volta alla settimana per non rovinare lo smalto.
- Per la sua azione antiacida è utilissimo per lavare frutta e verdura ed eliminare i residui degli antiparassitari.
- E' utile per combattere lievi infiammazioni della pelle come micosi, vescichette e prurito da punture di insetti.

- Due cucchiaini di bicarbonato per ogni litro di acqua calda sono un ottimo pediluvio che aiuta a eliminare stanchezza e indolenzimento a piedi e gambe

Per la casa

- il bicarbonato è ideale per staccare il bruciato dal fondo delle pentole. Coprire con un dito d'acqua il fondo annerito, aggiungere 3 cucchiaini di bicarbonato, accendere il fuoco e fare bollire per 5 minuti.
- Tre cucchiaini in mezzo litro di acqua calda sono un'ottima soluzione per la pulizia di freezer e frigorifero. Non necessita di risciacquo
- In caso di piccoli incendi buttane un po' sulle fiamme coprendo tutta l'area e il focolaio si spegnerà da solo.
- Ottimo rimedio per pulire e ravvivare i tessuti di tappeti e moquette. Cospargere uniformemente la superficie da pulire e lasciare agire 24 ore, poi passare l'aspirapolvere. Per le parti molto sporche fare un impasto di acqua e bicarbonato da stendere sulle aree da trattare, strofinare con una spazzola, lasciare asciugare, e passare l'aspirapolvere. Un rimedio utilissimo per chi ha un cane o un gatto in casa e vuole eliminarne l'odore dai tessuti.
- Un cucchiaino di bicarbonato aggiunto nella vaschetta della lavatrice impedisce al calcare di depositarsi sui tessuti, i colori restano vivi e brillanti e il tessuto si consuma meno velocemente.
- L'azione leggermente abrasiva unita alla capacità di eliminare i grassi, fa del bicarbonato un elemento prezioso per far risplendere l'argenteria. E' sufficiente una pezzuola di lino o cotone inumidita con acqua, meglio prima provare su una parte nascosta perché se l'argento non è puro potrebbe danneggiare l'oggetto.
- Per mantenere frigo e freezer privi di odori mettete una ciotola con 250 gr di bicarbonato e sostituitelo ogni 3 mesi.
- Cospargete i guanti di gomma sia fuori che dentro di bicarbonato per tenerli asciutti e profumati.

Pallina dosatrice per lavatrice: è sempre consigliabile utilizzare la pallina dosatrice in plastica per i detersivi in polvere e liquidi. Inserendola direttamente nel cestello, ne aumenta l'efficacia e permette di ridurre fino a un 20% il dosaggio prescritto. Favorisce inoltre lo scioglimento della polvere limitando la presenza di residui sui tessuti.

Consumo critico: le zeoliti. In quasi tutti i detersivi in polvere convenzionali e in molti "ecologici", sono ampiamente utilizzate le zeoliti (dal 15% al 30% del peso prodotto). La loro funzione è quella di "sequestrare" gli ioni di calcio e magnesio che rendono dura l'acqua e favorire così l'azione dei tensioattivi. Il problema nasce dal fatto che le zeoliti sono completamente insolubili. Immaginate quindi che ad ogni lavaggio negli scarichi e nelle fosse biologiche venga versata della sabbia bianca. Col tempo questa crea nelle tubature e nei sifoni delle incrostazioni grigiastre, oltre ad accumularsi nelle fosse biologiche obbligandovi a svuotarle più frequentemente. Quando poi le zeoliti raggiungono le acque dei fiumi e dei mari si depositano sui fondali creando problemi allo sviluppo della flora. I brevetti per la produzione delle zeoliti sono detenuti da aziende il cui capitale è, tutto o in parte, statunitense, mentre il maggior produttore di fosfati (di cui le zeoliti sono il sostituto) è un paese africano, l'Egitto.

E' finalmente stata recepita la **normativa europea 648/2004** sulle etichette e siti web delle aziende produttrici di detersivi, fino ad ora non applicabile in quanto in Italia, a differenza degli altri stati della Comunità Europea, non erano state definite le sanzioni.... Entro l' 8 gennaio 2007 TUTTE le aziende produttrici di detersivi DEVONO pubblicare sul proprio sito web (se non ne sono ancora provviste devono realizzarlo) la composizione qualitativa dei prodotti in ordine decrescente di peso (cioè dall'ingrediente presente in percentuale maggiore via via a quello in tracce). I singoli ingredienti devono essere indicati secondo regole e normative precise (INCI, IUPAC) e non con nomi generici tipo "tensioattivo da olio di cocco", "tensioattivi anionici", ecc. Già da ottobre è però possibile richiedere al produttore l'elenco degli ingredienti secondo reg. det. 648/2004, nel caso si rifiutasse o adducesse scuse su segretezza formula o brevetti, è possibile segnalare la mancata comunicazione alle autorità competenti o associazioni di consumatori. Da notare che la maggior parte di aziende produttrici di detersivi europee (Henkel, BoltonManitoba, ecc) hanno già pubblicato da mesi sul proprio sito le schede relative ai propri prodotti..

La maggior parte dei **detersivi ecologici** vanta la presenza di "tensoattivi di origine vegetale", derivati dall'olio di cocco, di palma, ecc. La definizione riportata è corretta, non viene però spiegato che la molecola vegetale potrebbe aver subito una trasformazione detta "etossilazione" con la quale, alla molecola vegetale di partenza, viene "attaccata" una grande quantità (dal 30 al 70% secondo i casi) di derivato petrolifero, quindi da fonte non rinnovabile. Questa trasformazione è riconoscibile nelle molecole che riportano il suffisso "eth" o la parola "etossilato" nella loro definizione. I tensoattivi più diffusi e a basso costo sono ad esempio il Sodium Laureth Sulfate e tutta la famiglia Coceth, Pareth, Mireth, ecc. o anche Alcoli Grassi *Etossilati*.

Tra i prodotti più pericolosi utilizzati per la casa pulizia della casa, vi sono i **disgorgatori o sturalavandini**. La composizione di questi prodotti è prevalentemente a base di Soda Caustica (Idrossido di Sodio) o Acido Solforico, sostanze estremamente tossiche e aggressive per pelle e occhi e che possono rilasciare gas pericolosi. Una **ricetta casalinga** è questa: mescolare 150 gr. di sale da cucina e 150 gr. di bicarbonato di sodio o Soda da bucato (soda Solvay) versare nello scarico e versare immediatamente una pentola di acqua bollente. Utilizzando questo sistema con dosi ridotte e ripetendo la procedura una volta al mese, ci si garantirà sempre scarichi liberi.

Vediamo di fare chiarezza su **cosa sono gli enzimi e che funzione hanno**. Gli enzimi non sono "vivi", sono secreti da organismi viventi, ma come le altre sostanze biochimiche essi non sono dotati di vita propria. La struttura biochimica degli enzimi è ben definita e conosciuta. Si tratta di grandi molecole di proteine costituite da lunghe catene di aminoacidi. Gli enzimi sono prodotti da cellule viventi in piante e animali, ma possono anche essere secreti da microrganismi, come batteri e funghi. L'alfa amilasi, ad esempio, che spezza le catene degli amidi, ha una sola formula che sia prodotta dal corpo umano, dai batteri, dai peschi o che si trovi in un detersivo. Visto che molte delle macchie di sporco presenti sui tessuti sono di origine naturale, gli enzimi hanno cominciato a essere inclusi nelle formulazioni di detersivi, sia in forma liquida che in polvere. Ciò ha portato ad un aumento della capacità dei detersivi nel rimuovere le macchie dagli indumenti e dalla biancheria. Anche sotto il profilo ecologico gli enzimi presenti nei detersivi hanno portato a significativi vantaggi, oltre ad essere perfettamente biodegradabili e distruggersi in fase di lavaggio, il loro utilizzo in basse quantità permette:

- di abbassare e di molto la temperatura di lavaggio con molto minore spreco di energia e danneggiamento dei tessuti.
- di ridurre molto la quantità di tensoattivi ed in particolare di tensoattivi a catena corta cioè quelli più tossici per gli organismi acquatici.
- di ridurre i tempi di ammollo che altrimenti dovevano protrarsi per diverse ore con conseguente sviluppo batterico nel liquido di lavaggio.

Al fine di avere una produzione controllata e selettiva, i produttori utilizzano ceppi batterici OGM ma GLI ENZIMI PRODOTTI NON SONO OGM. Quindi alla luce di tutto ciò detto, l'allarme falso sui enzimi OGM (che non esistono in quanto tali, perché gli enzimi sono sempre gli stessi anche se prodotti da organismi diversi) è perfettamente destituito e privo di fondamento, viceversa il loro utilizzo nei detersivi porta ad un miglioramento delle caratteristiche ecologiche e ambientali. Nei prodotti per la detergenza gli enzimi si possono trovare nelle polveri lavatrice e lavastoviglie, nei liquidi bucato a mano e lavatrice, negli ammorbidenti, nei prodotti specifici per capi neri, negli additivi per lavaggio (sbiancanti, smacchianti), ecc.

E' disponibile su internet un utile servizio fornito da ASSOCASA. è possibile scoprire il grado di durezza dell'acqua del proprio comune (sono stati censiti 5628 comuni). Questo dato è estremamente importante per poter dosare esattamente qualsiasi detersivo per la casa. Nell'etichetta dei prodotti vengono infatti riportate le dosi consigliate in base alla durezza dell'acqua. Nel caso della lavastoviglie è poi possibile regolare tramite una apposita manopola il potere addolcente della macchina. Spesso le macchie bianche che rimangono sulle stoviglie sono causate da un errata regolazione dell'addolcitore della lavastoviglie. E' possibile migliorare le performance di lavaggio, regolando la manopola del commutatore su un grado di durezza dell'acqua superiore a quello effettivo indicato sul sito di ASSOCASA.

Ricettario

Detergente liquido per i piatti

660 ml di sapone di Marsiglia liquido

12 gocce di o.e. di limone

6 gocce di o.e. di lavanda

4 gocce di o.e. di arancio

Versare il sapone liquido in un flacone con tappo dosatore e aggiungere gli oli essenziali. Agitare il flacone prima dell'uso. Versare nell'acqua dei piatti uno o due cucchiaini di liquido.

Detergente per piatti a mano e lavastoviglie

8 limoni,

800 ml di acqua,

300 gr di sale fino

200 ml di aceto bianco

Tagliare i limoni in 4-5 pezzi togliendo solo i semi, frullarli con un mixer insieme ad un po' di acqua e al sale, mettere la poltiglia in una pentola, aggiungere tutta l'acqua e l'aceto e far bollire per circa 10 minuti perché non si attacchi. Quando si è leggermente addensato e un po' raffreddato mettere in vasetti di vetro e usarne due cucchiaini da minestra per la lavastoviglie e a piacere per i piatti a mano. Aggiungere un po' di detersivo ecologico per piatti a mano, se i piatti da pulire sono molto unti. Ottimo anche come anticalcare per il lavello e la stufa soprattutto se sono in acciaio inox.

Brillantante

Aceto

1-2 gocce di o.e. di limone(facoltativo)

Mettere l'aceto e l'olio nella vaschetta per il brillantante.

Sgrassaforno (pulizia ordinaria)

2 cucchiaini di bicarbonato di sodio

2 cucchiaini di sapone di Marsiglia liquido

10 gocce di o.e. di limone

½ tazza di acqua calda

Accendere il forno a 120 °C per un quarto d'ora, poi spegnere e lasciare aperto lo sportello. Versare in uno spruzzatore il bicarbonato, il sapone e l'olio essenziale. Aggiungere l'acqua e agitare con cura. Spruzzare le pareti del forno e attendere 20 min. poi rimuovere il prodotto e sciacquare bene.

Polvere detergente alle erbe

½ tazza di bicarbonato di sodio

½ tazza di salvia secca tritata

¼ tazza di rosmarino secco tritato

Mescolare tutti gli ingredienti con cura e usare delle piccole quantità sul lavello strofinando con una spugna. Sciacquare bene.

Polvere detergente alle spezie

1 tazza di bicarbonato

3 cucchiaini di cannella in polvere

3 gocce di olio di arancio

Mescolare con cura tutti gli ingredienti e riporli in contenitore ermetico. Versare una piccola quantità sul lavello e strofinare con una spugna umida. Sciacquare bene.

Detergente per pavimenti

4 litri di acqua calda

1 cucchiaino di sapone di Marsiglia liquido

15 gocce di olio di arancio

8 gocce di olio di limone o ¼ di tazza di succo di limone
Versare tutti gli ingredienti in un secchio e lavate i pavimenti. Non occorre risciacquare.

Formula antimuffa

2 tazze di acqua distillata
1 cucchiaio di alcool 90°
8-10 gocce di estratto di semi di pompelmo
2 cucchiaini di olio essenziale di tea-tree
4 gocce di o.e. di ginepro

Sciogliere gli oli nell'alcool e poi unire l'acqua distillata. Versare tutti gli ingredienti in uno spruzzatore. Usate questa formula sul box doccia o sulla tenda, sulle rotaie delle porte a vetro scorrevoli e su altre zone umide. Spruzzare sulle aree e superfici senza risciacquare. Se sono già presenti chiazze di muffa, lasciare agire il preparato sulle superfici per qualche ora. Pulire con un panno morbido, poi spruzzare ancora e lasciare asciugare senza risciacquare.

Disgorgante

¼ di tazza di bicarbonato di sodio
50 ml di aceto
acqua bollente

Versare il bicarbonato, vuotare sopra l'aceto e infine l'acqua bollente.

Anche l'acqua di bollitura della pasta oltre a poter essere usato per la sgrassatura dei piatti è un ottimo disgorgante per le tubature.

Pulitutto ecologico

100 ml di alcol etilico (oppure alcol denaturato)
30 o più gocce di olio essenziale a scelta
acqua distillata q.b.

In un contenitore spray da 500 ml mettere l'alcol e l'olio essenziale, mescolare bene finché l'olio si scioglie nell'alcool e aggiungere l'acqua distillata fino a riempirlo.

Una variante prevede un 2-3% di acido citrico o di aceto in aggiunta al resto degli ingredienti, per avere un anticalcare per lavandini e sanitari, così però non va usato su vetri e superfici delicate.

Detersivo liquido per lavatrice

2 hg di sapone di marsiglia grattugiato
2 litri di acqua distillata
20 gocce di o.e. di lavanda (o limone)

Sciogliere il sapone nell'acqua e fare bollire per 5/10 minuti. Quando la miscela è tiepida e si è un po' rappresa aggiungere l'olio essenziale mescolando bene. Riporre tutto in vaso ermetico.

Ammorbidente

4 litri di aceto
20 gocce di o.e. di lavanda (o 10 gocce di o.e. di menta)

Anticalcare per lavatrice

100-125 ml di acido citrico
400-375 ml di acqua distillata
Mettere 50 ml in lavatrice ad ogni lavaggio.

Deo ambiente

100 ml di alcol per liquori a 90°
30 ml di acqua distillata
5 ml di olio ess. a scelta

Mettere l'olio essenziale nell'alcol e poi aggiungere l'acqua. Mettere in un contenitore a spruzzo e vaporizzare nell'ambiente ogni volta che si vuole deodorare l'aria.

Scrub mani allo zucchero e limone

4 cucchiaini di zucchero

2 cucchiaini di olio di girasole

la scorza grattugiata di due limoni (solo la parte gialla) oppure 2-3 gocce di olio essenziale di limone

Mescolare tutti gli ingredienti in un vasetto con coperchio. Utilissimo per togliere i cattivi odori dalle mani (aglio, cipolla, pesce..)

Riferimenti bibliografici

Brigo Bruno, *Aromaterapia dalla A alla Z. Il benessere con gli oli essenziali*, Tecniche Nuove, 1998.

Centro Nuovo Modello di sviluppo, *Guida al consumo critico*, Emi, Bologna, 2003.

Correggia Marinella, *Manuale pratico di ecologia quotidiana*, Oscar guide, Mondadori, 2000.

Di Pietro Alessandro, *Dizionario della nostra casa sana e sicura. Dalla A alla Z una miniera di trucchi, consigli, curiosità per riutilizzare, riparare, smacchiare, risparmiare, vivere meglio secondo natura*, Lyra libri, 1998.

Di Pietro Alessandro, *Come smacchiare tutte le macchie. Dalla A alla Z una miniera di consigli facili ed economici per pulire secondo natura*, Lyra libri, 2000.

Garzena Patrizia, Tadiello Marina, *Cura naturale della casa*, Edizioni FAG,

Gstottenmayer Sabine, *Più natura in casa. L'ambiente domestico ieri e oggi: manuale pratico per tutta la famiglia. Consigli, ricette, tradizioni*, Edizioni il Punto d'Incontro, 2006

Marzola Roberta, *Chi non inquina risparmia. Spunti creativi per il rispetto dell'ambiente e del portafoglio*, Jubal Editore, 2004.

Siegel-Maier Karyn, *Casa pulita naturalmente. 101 ricette facili, sicure, non inquinanti per l'igiene della vostra casa*, Edizioni Il Punto d'Incontro, 2005.

Vukovic Laurel, *1001 Rimedi naturali. Ricette per la salute, la bellezza, la casa gli animali*, Tecniche nuove, 2004.

Riferimenti internet

www.biodizionario.it

www.bicarbonato.it

www.officinaturae.it

**Per maggiori informazioni sui corsi teorico-pratici di
autoproduzione contattare Sabrina Musi**

Mail : smusi@hotmail.com

Facebook : *Sabrina Musi*

Clicca mi piace su *Laboratori di cosmesi fai da te e percorsi di benessere naturale*

Grazie!