

Guida ai detersivi naturali per la cura e la pulizia della casa

a cura di Sabrina Musi

“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 detersivi, 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. È un marchio volontario: i produttori di beni e servizi lo possono chiedere e lo ottengono, purché 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 detersivo 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.

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.

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 "tensioattivi 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 tensioattivi 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 tensioattivi ed in particolare di tensioattivi 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

Detersivo lavastoviglie

40% Soda Solvay + 60% Percarbonato Officina Naturae

1 cucchiaino/lavaggio detersivo piatti Bio

preparare una miscela delle polveri e conservare in un contenitore ermetico. Usare un cucchiaio abbondante di polvere (20 gr come una pastiglia) ad ogni lavaggio a cui aggiungere in vaschetta il cucchiaino di detersivo piatti bio.

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.

Polvere detergente

1 tazza di bicarbonato

detersivo piatti bio q.b.

3 gocce di olio ess. di tea tree + 3 di o.e. di limone

Mescolare con cura tutti gli ingredienti fino ad avere una crema di una buona consistenza e riporli in un contenitore ermetico. Versare una piccola quantità sulla superficie da pulire e strofinare con una spugna umida. Sciacquare bene. Utile per Pulizie del lavello, piano cottura, sanitari, ottimo anche come sgrassa forno e per scrostare le pentole bruciate.

Detergente per pavimenti 1

4 litri di acqua calda

1/2 cucchiaio di sapone di Marsiglia liquido

3 gocce di olio di arancio+3 gocce di olio ess. di limone sciolti in un po' di alcool

Versare tutti gli ingredienti in un secchio e lavate i pavimenti.

Detergente per pavimenti 2

120 gr di soda solvay

30 gr di detersivo piatti eco

850gr. di acqua

+ 10 gr.di olio di lino (solo per pavimenti in legno)

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

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 finchè 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 in polvere per lavatrice

2 cucchiai di sapone di marsiglia grattugiato,

1 cucchiaio abbondante di percarbonato,

1 cucchiaio raso di soda solvay

50 ml di sodio citrato (non necessario se si usa per carbonato di Officinae Naturae, che già lo contiene)

Questa ricetta consente di preparare una dose di detersivo, per il bucato usare 1 o 2 dosi a seconda della necessità.

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)

Ammorbidente, Anticalcare, brillantante, disincrostante

150 gr di acido citrico

1 litro di acqua distillata

Miscelare acqua e polvere e conservare in una bottiglia di plastica etichettata.

Riempire la vaschetta dell'ammorbidente e del brillantante.

Se il liquido lo mettiamo in uno spruzzino riciclato lo possiamo usare come anticalcare e disincrostante sulle superfici che lo consentono.

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, *!001 Rimedi naturali. Ricette per la salute, la bellezza, la casa gli animali*, Tecniche nuove, 2004.

Riferimenti internet

www.biodizionario.it

ww.promiseland.it

www.bicarbonato.it

www.babygreen.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!

TABELLA DELLE MACCHIE

MACCHIA

TRATTAMENTO

BIANCHETTO

lasciare asciugare e quindi grattare la zona interessata con un vecchio spazzolino da denti

CERA

raschiarla dal vestito, poi mettere la stoffa interessata tra due fogli di carta assorbente e passarvi il ferro da stiro

CIOCCOLATA

bagnare la macchia con un miscuglio di glicerina e tuorlo d'uovo: si lascia agire, poi si sciacqua con acqua tiepida

CILIEGIE

lavare con acqua e sapone e lasciare agire per un paio di ore qualche goccia di latte, prima di risciacquare

ERBA

trattare con acqua e aceto, dopo aver versato sulla macchia succo di limone

FANGO

sul cotone, lasciare asciugare e spazzolare, tamponando eventuali aloni con acqua e aceto

FRUTTA

far ammorbidire il tessuto con un po' di latte fresco, poi risciacquare con acqua fresca oppure aceto e succo di limone

GELATO

le macchie fresche se ne vanno facilmente con l'uso di acqua fredda e detersivo; quelle vecchie vanno ammorbidite con acqua e borace

GOMMA DA MASTICARE

inserire il tessuto all'interno di un sacchetto e sistemarlo per un'ora nel congelatore. Subito dopo dovrebbe venire via con facilità

INCHIOSTRO PER TIMBRI

utilizzare succo di limone puro e del sale, prima di risciacquare

INCHIOSTRO

lavare con succo di limone e sciacquare. Oppure: strofinare delicatamente con l'acqua di cottura non salata dei fagioli bianchi

MARMELLATA

trattare con acqua e sapone liquido prima del normale lavaggio

PENNARELLO

tamponare con alcol poi lavare con acqua e sapone

PESCA

usare la glicerina e lavare con acqua e sapone, dopo aver lasciato agire. Sono, comunque, macchie molto difficili da togliere e non è certo che vadano via subito

POMODORI

pulire con acqua saponata calda ed, eventualmente, se la macchie sono asciutte aggiungere dell'acqua ossigenata

SANGUE

sul cotone tamponare con acqua molto fredda (quella calda fissa la macchia), insaponare e risciacquare. Oppure applicare una soluzione composta da una parte di acqua ossigenata e da cinque di acqua; se non fosse sufficiente, ricoprire la macchia con perborato e spazzolare dopo un'ora

SUCCO DI FRUTTA

sciacquare con acqua tiepida e strofinare con il sale. Dopo aver pulito il capo, lasciare asciugare al sole

FONTI: Comefaretutto.com, PianetaMamma.it, Lacasalingaideale.it, Uominicasalinghi.it, Vivereverde.blogspot.it