

I cosmetici e i prodotti per l'igiene della persona e della casa non rispettano la salute

di Francesca Gasparini

(da www.ilveromomon.too.it - vegetariani dalla nascita)

- [Premessa](#)
- [Il petrolio e i metalli pesanti nel nostro dentifricio e nel nostro shampoo](#)
- [Non solo i prodotti tradizionali sono un concentrato di veleni, ma anche quelli definiti 'naturali'](#)
- [Ecco più in dettaglio che cosa si trova dentro questi prodotti: alcuni esempi concreti](#)
- [Come scegliere un'alternativa sicura?](#)
- [Lista di marche di prodotti per l'igiene della persona e della casa sicuri al 100%](#)

Premessa

Vorrei fare qui, per quanto riguarda la cosmesi e l'igiene del corpo (ma anche della casa e della biancheria), un discorso molto simile a quello fatto riguardo all'abbigliamento 'naturale'. Il livello di preoccupazione che suscitano i prodotti cosmetici e per l'igiene, però, è forse leggermente più grave che nel caso dell'abbigliamento, benché tanto gli uni quanto l'altro siano portatori di sostanze che vengono a contatto con la pelle.

Il petrolio e i metalli pesanti nel nostro dentifricio e nel nostro shampoo

Dobbiamo considerare, infatti, che se le canottiere, le maglie e i pantaloni aderiscono alla nostra pelle quotidianamente e trasmettono ad essa, senza ombra di dubbio, molte delle sostanze pericolose e potenzialmente tossiche che contengono nelle fibre, attraverso l'uso e il lavaggio continui (soprattutto se con detersivi ecologici, non contenenti sostanze chimiche e di sintesi) gli indumenti perdono in gran parte la loro pericolosità. Al contrario, le creme che ci spalmiamo sul viso e sul corpo, gli shampoo e i bagnoschiuma con cui ci laviamo corpo e capelli, le saponette con cui ci sciacquiamo faccia e mani più volte al giorno (e poi con quelle stesse mani prepariamo i cibi per noi e per i nostri bambini), i dentifrici e i colluttori con cui ci puliamo i denti e che non possiamo evitare di ingerire anche in grosse quantità, i detersivi in cui immergiamo la nostra biancheria (anche quella su cui dormiamo e che aspiriamo per nottate intere), i prodotti per la pulizia della casa che passiamo su ogni mobile e sanitario, che inaliamo nel momento dell'uso, il detersivo con cui laviamo i piatti, che toglie sì lo sporco ma che lascia uno strato non eliminabile completamente neanche dopo ripetuti risciacqui e su cui poi mangiamo i nostri cibi; dicevo, al contrario, tutti questi prodotti ripropongono il loro fattore di rischio ad ogni nuovo uso, che non è certo saltuario, ma quotidiano: ogni santo giorno della nostra vita noi ci laviamo i denti, ci diamo creme detergenti o idratanti, ci laviamo corpo o viso e mani con il sapone e lo shampoo, puliamo la

nostra casa e i nostri piatti e i nostri vestiti con i detersivi, e questo per tutta la vita. Non va mai dimenticato, infatti, il cosiddetto 'limite estremo di tolleranza' di sostanze tossiche che il nostro organismo può assorbire e sopportare (le cui fonti sono molteplici: inquinamento dell'aria e dell'acqua, vernici, abbigliamento, inquinamento degli alimenti, ecc.), e oltre il quale l'organismo si ammala, anche molto gravemente (si va dal semplice eczema alla rinite cronica, dall'asma acuta alle forme tumorali): "Nel sangue umano e nel tessuto adiposo sono state trovate più di 400 sostanze chimiche tossiche. Dal 1950 al 1989 l'incidenza complessiva di tumori (negli USA, dove è stato eseguito lo studio) è aumentata del 44%, di questo incremento meno del 25% è dovuto a tumori legati al fumo di sigaretta. I tumori infantili sono aumentati del 20%" [da www.e-medicinanaturale.com]. Per un maggiore approfondimento in questo senso confronta il mio scritto sull'[abbigliamento ecologico](#) e il testo completo dell'articolo appena citato [Sono sicuri i prodotti per la cura della persona e della pelle?](#), molto approfondito e ben documentato scientificamente soprattutto riguardo agli effetti dei singoli componenti sulla salute. Solo per fare alcuni esempi, molti di questi componenti sono derivati del petrolio o da sostanze chimiche usate anche a livello industriale come sgrassanti, come solventi, come antigelo per radiatori, come oli per i freni, o sono presenti negli spray caustici per pulire i forni o negli smacchiatori per sciogliere olio e grasso; altri, come il PG (Propylene Glycol), hanno un uso industriale che prevede come avvertenza quella di "[...] evitare il contatto con la pelle perché il PG porta conseguenze tipo anomalie al cervello, al fegato e reni. Non si trovano avvertenze invece su prodotti come deodoranti, dove la concentrazione è maggiore che in molte applicazioni industriali" [*Sono sicuri i prodotti per la cura...*]; altri, come i profumi (l'indicazione profumo sulla confezione di un qualsiasi prodotto si può riferire a più di 4000 sostanze differenti, quasi tutte di origine sintetica) sono nel tempo potenzialmente cancerogeni e tossici, mentre a breve termine sono causa di sintomi quali emicrania, capogiri, eruzioni cutanee, scolorimento della pelle, tosse violenta e vomito e reazioni allergiche della pelle; lo stesso vale per i coloranti, di origine sintetica, che, "[...] usati nei cibi, medicinali e cosmetici, sono ottenuti dal catrame di carbone. Ci sono molte controversie rispetto al loro uso, comunque studi sugli animali hanno dimostrato che sono quasi tutti agenti cancerogeni" [*Sono sicuri i prodotti per la cura...*]; altri, come l'SLS (Sodium Lauryl Sulfate) e i suoi affini, "[...] usati come detersivi e tensioattivi, si trovano sia negli shampoo per auto, nei prodotti per pulire i pavimenti dei garage e negli sgrassatori dei motori, sia come ingredienti principali ampiamente usati nei cosmetici, dentifrici, balsamo per capelli, e in circa il 90% degli shampoo e prodotti che schiumano", perché è un potente schiumogeno molto economico: nonostante sia stata attestata scientificamente da più fonti la sua alta pericolosità (cfr. l'articolo *Sono sicuri i prodotti per la cura...*) noi ne ingoiamo quotidianamente in quantità perché è presente in tutte le marche di dentifrici tradizionali.

Non solo i prodotti tradizionali sono un concentrato di veleni, ma anche quelli definiti 'naturali'

È proprio riflettendo su questa pervasività globale che i prodotti per l'igiene e la pulizia hanno nella nostra intera vita che, ormai diversi anni fa, mi sono posta il problema di studiare un po' meglio di che cosa sono composti i prodotti che compriamo senza farci domande, dando per scontato una innocuità ("non sarebbe certo permesso commercializzare prodotti potenzialmente tossici!" è la certezza sottesa) che in realtà scontata non è. La scoperta è stata davvero inquietante. I prodotti per la cosmesi, l'igiene e la pulizia, quelli che troviamo in profumeria, al supermercato e in farmacia sono un vero e proprio concentrato di sostanze chimiche, petrolchimiche, di sintesi (insomma veri e propri veleni), alcune delle quali addirittura sospettate di essere cancerogene o deleterie per la fertilità, e per nessuna delle quali nessuno potrebbe mettere la mano sul fuoco riguardo alla loro

innocuità. E non fanno assolutamente eccezione i prodotti per neonati e bambini. Anzi, dirò di più, i prodotti per neonati e bambini, di solito pubblicizzati per la loro delicatezza, presentano i medesimi orribili ingredienti di quelli per gli adulti. Ma la cosa più scandalosa, veramente scandalosa, di cui mi sono accorta solo molto più tardi, è che anche i prodotti cosiddetti 'naturali', quelli che si vendono in erboristeria e che vengono comprati in buona fede da coloro che vorrebbero evitare gli effetti negativi dei prodotti tradizionali fidandosi della definizione 'naturale' e della vendita erboristica, sono esattamente identici a tutti gli altri prodotti, cioè contengono i medesimi ingredienti di origine chimica, petrolchimica e di sintesi. Il fatto che poi contengono anche oli essenziali di qualche strana pianta esotica o della più modesta salvia non li aiuta in alcun modo a redimersi. Sto parlando delle più comuni marche, quali The Body Shop, Erbolario, Seres, ecc., presenti anche sugli scaffali dei negozi di alimenti da agricoltura biologica.

Ecco più in dettaglio che cosa si trova dentro questi prodotti: alcuni esempi concreti

Naturalmente negli ultimi anni sono stati fatti grandissimi passi avanti riguardo al problema degli ingredienti dei prodotti cosmetici e per l'igiene; c'è maggiore consapevolezza e l'informazione comincia a circolare. La rivista tedesca Oeko Test, specializzata in test sulla qualità e soprattutto l'innocuità o la pericolosità dei prodotti in commercio, ha stilato una lista (gigantesca visto che gli ingredienti che si possono usare sono più di 6000) di ingredienti innocui, potenzialmente pericolosi, pericolosi e molto pericolosi. Un data-base simile, anche se leggermente ridotto (sono stati catalogati un po' meno di 5000 ingredienti) lo si può trovare sul portale del mondo naturale www.promiseland.it: attraverso un facile interfaccia è possibile ricercare i vari ingredienti di un prodotto e scoprire il loro grado di pericolosità. Divertitevi a inserire gli ingredienti dei prodotti da voi usati abitualmente, considerando che un componente potenzialmente pericoloso o pericoloso può essere tollerato in qualche modo (ma mai in un prodotto che si definisce naturale!) se si trova alla fine della lista degli ingredienti (la lista infatti va a scalare: i primi componenti sono quelli presenti in percentuale più alta nel prodotto), ma non se si trova all'inizio (tra i primi sei o sette componenti). Io ho fatto questo giochetto e vi indico qui i risultati riguardo a 6 prodotti di uso comune (tra cui uno che si trova in profumeria/supermercato, due che si trovano in erboristeria, un altro che si definisce naturale e due per neonati e bambini).

-Il primo prodotto è lo **Shampoo Pantene Pro-V antiforfora** che presenta tra i suoi primi ingredienti il Dimethicone, sostanza chimica considerata altamente pericolosa; a seguire ci sono otto ingredienti catalogati come pericolosi e due come potenzialmente pericolosi.

-Il secondo prodotto è lo **Shampoo The Body Shop Palmshine** che presenta al secondo posto (dopo l'acqua) un ingrediente accettabile solo se fosse posto fra gli ultimi della lista e in quarta, quinta e sesta posizione tre componenti considerati pericolosi; a cui si aggiungono altri cinque componenti considerati pericolosi e uno potenzialmente pericoloso.

-Il terzo prodotto è una **Crema per il contorno-occhi dell'Erbolario** (dico crema per il contorno occhi!) di una marca che si pretende 'naturale' e di erboristeria: presenta cinque (dico cinque!) ingredienti chimici considerati pericolosi (tra i quali l'Urea, un conservante che rilascia formaldeide, sostanza per la quale oggi come oggi non c'è bisogno più di fare alcun commento) e uno potenzialmente pericoloso.

-Il quarto prodotto è la **Crema al polline di fiori dell'Erbolario**, giusto per rincarare la dose, che contiene al terzo posto (al primo come sempre c'è l'acqua) un ingrediente chimico considerato pericoloso (il C12-20 Acid Peg-8 Ester) e al settimo e all'ottavo posto altre due componenti considerate pericolose, a cui si aggiungono un altro componente considerato pericoloso e uno potenzialmente pericoloso.

-Il quinto prodotto è specifico per neonati e bambini, venduto in tutte le farmacie e commercializzato dalla Johnson e Johnson, l'**Aveeno Derm Baby (crema barriera)**. Contiene al terzo posto (al primo c'è l'acqua come sempre) un ingrediente pericoloso (la paraffina, che è un grasso derivato dalla lavorazione del petrolio e che nel tempo si può arricchire all'interno dell'organismo), al settimo posto e al sedicesimo posto (ma la crema contiene ancora molti ingredienti, non siamo neppure a metà) addirittura due componenti altamente pericolosi come il cyclomethicone e il dimethicone, a cui si aggiungono in posizioni intermedie tra i due altri due componenti pericolosi, e dopo, altri tre componenti pericolosi e due potenzialmente pericolosi. Meglio di così per la cura del nostro bambino!!!

-Il sesto prodotto, specifico per neonati e bambini, lo voglio citare per la sua semplicità e per mostrare come tutta la produzione dei cosmetici sia in completamente improntata al massimo guadagno, dunque al massimo risparmio produttivo (questo significa che i componenti devono costare il meno possibile: difficile perciò che si tratti di prodotti di qualità, come vorrebbero farci credere nel caso dei prodotti per neonati!). Si tratta di un olio per la pelle, l'**Olio Baby Johnson**, che contiene soltanto tre ingredienti, di cui uno è la profumazione (e ricordate, se non specificato, le profumazioni sono sempre sintetiche). Il primo ingrediente, il più importante, cioè l'olio, soprattutto nel caso di un prodotto specifico per bambini, dovrebbe essere un olio di origine naturale (anche perché la pubblicità parla di qualcosa che avvolge e protegge la pelle del nostro bebè con estrema cura e delicatezza) e, invece, udite udite, l'olio è uno scadentissimo derivato della lavorazione del petrolio, la paraffina liquida (anche detto mineral oil), componente pericoloso che può nel tempo addirittura arricchirsi nell'organismo: "[...] usato in molti prodotti per la cura personale, l'olio per bambini è 100% mineral oil, questo ingrediente riveste la pelle come una pellicola di plastica, disgregando la barriera naturale della pelle ed impedendo la sua capacità di respirare ed assorbire l'umidità e i nutrienti" [*Sono sicuri i prodotti per la cura...*], proprio l'effetto contrario rispetto a quello che cerchiamo di ottenere per suo mezzo.

Anche se non ci fosse alcuna certezza che queste sostanze chimiche (in così massicce quantità) possano essere pericolose, io non mi sentirei di spalmarle sul corpo e infilarle in bocca quotidianamente. Ma, per molte di esse le certezze purtroppo ci sono.

Pensiamo solo un attimo alla questione dei metalli pesanti e a quanti e quali gravi problemi un loro eccesso nell'organismo può provocare (problemi fisici che spesso noi non associamo ad alcuna causa specifica e per cui gli stessi medici tradizionali faticano a trovare una causa). Le fonti di metalli sono innumerevoli (fumo di sigarette per il cadmio, le vernici per il piombo, gli oli idrogenati per il nickel, i deodoranti per l'alluminio, gli utensili da cucina e il pentolame per il rame e l'alluminio, i fogli di alluminio per cucina, il lievito in polvere artificiale, gli antitranspiranti, gli antiacidi, le vernici a base di acqua, i semi e le verdure trattati con fungicidi al mercurio, molte tinture per capelli che contengono acetato di piombo e nitrato d'argento, le lattine contenenti pomodoro e succo d'arancia sigillate con il piombo, la farina raffinata, gli ammorbidenti per tessuti, alcuni diuretici per il mercurio-cromo, alcuni preparati per emorroidi, le soluzioni per le lenti a contatto, i lassativi al calomelano, i pesticidi, fungicidi, fertilizzanti, le aspirine tamponate, la betonite comunemente utilizzata come disintossicante intestinale), e fra questi ci sono i cosmetici, che possono contenere molti tipi di metalli tossici e i cui elementi grassi contribuiscono a veicolare l'assorbimento attraverso la pelle [fonte: www.biospazio.it].

Mi pare interessantissimo in questo senso un emendamento del 2002 del **Parlamento Europeo** alla direttiva sulla vendita dei prodotti cosmetici; l'emendamento si intitola **“Restrizioni in materia d'immissione sul mercato e d'uso di talune sostanze e preparati pericolosi (sostanze classificate come cancerogene, mutagene o tossiche per la riproduzione)”** e recita così:

“Il comitato scientifico dei prodotti cosmetici e dei prodotti non alimentari destinati ai consumatori, consultato dalla Commissione, ha dichiarato che le sostanze classificate ai sensi della direttiva 67/548/CEE del Consiglio come sostanze cancerogene di categoria 1 o 2 (tranne le sostanze cancerogene unicamente per inalazione), come sostanze mutagene di categoria 1 o 2, o come sostanze tossiche per la riproduzione di categoria 1 o 2, nonché le sostanze con effetti potenziali simili, non debbono essere aggiunte deliberatamente ai cosmetici.

Motivazione

La direttiva 76/769/CEE esclude i prodotti cosmetici dal divieto di vendita al pubblico di sostanze e preparati classificati come cancerogeni, mutageni o tossici per la riproduzione. La deroga era stata introdotta per consentire di applicare ai cosmetici norme specifiche, il che sarebbe logico, in quanto si potrebbe presumere la volontà di contemplare norme ad hoc più rigorose per i cosmetici, tenuto conto dell'esposizione diretta, ripetuta e prolungata dei consumatori a tali prodotti. Tuttavia, è accaduto il contrario: le sostanze classificate come cancerogene, mutagene o tossiche per la riproduzione non sono completamente vietate dall'attuale legislazione sui cosmetici. Per assurdo, in base alla deroga per i prodotti cosmetici contenuta nella direttiva 76/769/CEE, l'impiego di sostanze classificate come cancerogene, mutagene o tossiche per la riproduzione è giustamente vietato in tutti i tipi di preparati, ad esempio le vernici o il lucido da scarpe, ma è tuttora possibile nei prodotti cosmetici. Occorre dunque sopprimere tale deroga, conformemente al recente parere del comitato scientifico”.

Questo scenario, a mio parere, anche a non voler essere allarmisti, fa piuttosto paura, e mi ha spinto a evitare come la peste questi prodotti. Naturalmente quando è nato mio figlio non gli ho mai messo sulla pelle né in qualsiasi altro posto nessun prodotto che contenesse sostanze chimiche, di derivazione petrolchimica, profumazioni e colorazioni sintetiche (anche nei prodotti erboristici e cosiddetti naturali quando tra gli ingredienti è scritto ‘parfum’ o ‘profumo’, a meno che non sia poi specificato che si tratta di profumazioni derivanti da oli essenziali, si tratta sempre di profumazioni sintetiche; così come diffidate sempre dei prodotti colorati, che vengono tinti con colori cosmetici spesso artificiali e tossici).

Riporto a questo proposito un passo informativo su alcuni test fatti su prodotti per l'igiene dei neonati e dei bambini, tratto dal sito www.ipiccolissimi.it: “Quanto sia importante usare dei prodotti naturali per la cura del nostro piccino, viene riconfermato ogni anno in Germania in occasione della pubblicazione della rivista OEKO-TEST (Eco-Test) ‘Speciale Bambini’. Detta rivista, che rappresenta la fonte più autorevole ed accreditata del settore, commissiona test sia in laboratorio che

su campioni reali al fine di testare la qualità di quasi tutti i prodotti (convenzionali e naturali) in commercio (moltissimi dei quali sono disponibili anche in Italia).

Nel 1994, in un campione di 16 bagnoschiuma/lattebagno per bambini, 26 shampoo bébé, 13 oli bébé, 32 creme bébé, 17 lozioni bébé e 13 salviettine (queste ultime sono state giudicate non raccomandabili, perché contengono sostanze chimiche dannose), risultò che, in tanti bagnoschiuma e purtroppo anche in tante creme, vi erano presenti degli emulsionanti dermoirritanti che possono penetrare nel corpo attraverso la pelle. In uno dei succitati bagnoschiuma era stata utilizzata, come conservante, addirittura la formaldeide, sostanza sospettata di essere cancerogena. Relativamente a 5 oli bébé e 15 (!) creme, risultò che fossero stati utilizzati dei derivati a buon mercato del petrolio, i quali, applicati sulla pelle delicata del bébé, la rivestono di un velo impenetrabile che ne impedisce la normale traspirazione”.

Come scegliere un'alternativa sicura?

Ora voi mi chiederete, ma se anche i prodotti detti ‘naturali’ sono inaffidabili che cosa bisogna fare per lavarsi il corpo e i capelli, per lavarsi i denti, per profumarsi, per lavare i vestiti ecc.? Vi assicuro che non è necessario perdere la vita a controllare la lista degli ingredienti di ogni shampoo o dentifricio che ci passa per mano!

Quello che vi posso dire è ciò che faccio io e che in alcuni anni di ricerche e approfondimenti mi sembra sia la via più semplice e sicura.

Per ciò che riguarda i neonati la soluzione è banale: fino a 6-8 mesi non hanno bisogno di alcun prodotto pulente (anche quelli più sicuri trasmettono alla pelle del bambino dei profumi che possono infastidirlo o disorientarlo), se non l’acqua (addizionata con un po’ di sale marino integrale da cucina, perché durante l’immersione l’organismo perde sali minerali) e un po’ di amido di mais (possibilmente da agricoltura biologica – si trova facilmente nei negozi di alimenti biologici), sia per il corpo sia per i capelli. Nel caso di neonati con i capelli molto folti, si possono frizionare i capelli con una piccolissima quantità (diluita) di uno shampoo assolutamente sicuro riguardo alle sue componenti (vedi più avanti la lista).

Per ciò che riguarda i bambini dagli 8 mesi in avanti si possono usare in quantità ‘davvero’ modiche e senza esagerare in varietà e tipologie (può bastare del sapone di Marsiglia puro sia per il corpo sia per i capelli o una saponetta delicata alla Calendula come quella Weleda e se proprio ne sentite il bisogno un shampoo e un olio o crema per il corpo), purché siano prodotti sicuri al 100% (vedi più avanti la lista).

Lo stesso vale per gli adulti.

Lista di marche di prodotti per l'igiene della persona e della casa sicuri al 100%

Indico qui di seguito una serie di marche, sicure al 100%, in quanto hanno proprio alla base della loro filosofia produttiva il rifiuto di qualsiasi componente chimica, petrolchimica, sintetica: i loro prodotti sono davvero ‘naturali’ e presentano tra i componenti principali sostanze derivate da coltivazioni biologiche o biodinamiche. Si tratta di marche tedesche (a quanto ne so in Italia siamo ancora un po’ indietro in questo senso e, soltanto a seguito del SANA di Bologna di quest’anno – 2003- è stata manifestata l’intenzione di presentare un protocollo nazionale – a certificazione AIAB- per i prodotti cosmetici e per l’igiene naturali e da agricoltura biologica), ma, soprattutto alcune, facilmente reperibili anche in Italia.

-La prima marca, che sicuramente molti conosceranno già, è la **WELEDA**, ormai da decenni presente sul mercato, si ispira ai fondamenti dell’antroposofia di Rudolf Steiner; usa esclusivamente ingredienti naturali (soprattutto oli essenziali estratti da piante a crescita spontanea non a rischio di estinzione e da piante coltivate nelle proprie piantagioni biodinamiche). Non testa sugli animali né

le singole componenti né il prodotto finito. Molto famosa è la linea WELEDA alla calendula (confezioni arancioni), adatta ai neonati e ai bambini, offre l'olio per il bagnetto, la saponetta per il corpo, la crema all'ossido di zinco per il sederino, ecc. Poiché tutti i prodotti WELEDA sono di altissima qualità e sicurissimi, gli shampoo, sebbene non siano dedicati specificamente ai bambini, possono tranquillamente essere usati anche per i neonati. Inoltre WELEDA propone una linea davvero ottima di dentifrici, sia per adulti sia per bambini (senza sostanze chimiche e senza SLS). Potete trovare la gamma completa dei prodotti WELEDA ordinandoli (con un modulo prestampato molto facile da compilare) sul catalogo I Piccolissimi (richiedetelo per e-mail al sito www.ipiccolissimi.it); ma WELEDA ha un'ottima distribuzione italiana e potete trovare molti prodotti anche nelle principali farmacie (per es. la farmacia comunale di Bologna ne tiene moltissimi), in quasi tutti i supermercati di alimenti da agricoltura biologica, nelle erboristerie, ecc.

-la seconda marca, che è quella che per molti motivi io preferisco, è la **SANOLL**. I prodotti della SANOLL, anche se meno vari rispetto a quelli della WELEDA, spiccano per la loro altissima qualità pur nell'estrema semplicità della loro composizione, che ne decreta con assoluta certezza l'innocuità e che permette di raggiungere percentuali di elementi da agricoltura biologica ineguagliabili (in alcuni casi anche il 97%), oltre che per l'ottimo prezzo. La linea di prodotti per il neonato della Sanoll è quella che io consiglio con maggior calore (l'ho provata con mio figlio ed è eccezionale): c'è la Crema per il sederino, la Crema per il corpo, la Lozione per il corpo, la Shampoo e il Bagnetto. Come prodotti per gli adulti ci sono: la Doccia crema ai fiori di papavero, la Doccia crema al Girasole, la Lozione corpo con enotera, la Lacca per capelli, il Fissante per capelli, il Balsamo per capelli, lo Shampoo alla canapa. Questa marca io per ora l'ho trovata soltanto sul catalogo I Piccolissimi (chiedere il catalogo via e-mail al sito www.ipiccolissimi.it, vedi nei Links).

-la terza marca, anch'essa ormai piuttosto conosciuta, è la linea della WALA, denominata **Dr. Hauschka**. Dr. Hauschka propone anche una linea completa e molto buona di prodotti per il make-up. Le caratteristiche sono più o meno le stesse della WELEDA. È sicura al 100% e si trova in alcune farmacie e in molte erboristerie e supermercati di alimenti da agricoltura biologica oltre che sul catalogo I Piccolissimi (vedi sopra).

-la quarta marca è **LAVERA** per cui vale lo stesso discorso di sicurezza fatto più sopra (la LAVERA è stata dichiarata 'raccomandabile' dalla severa rivista tedesca OEKO TEST), anche se forse è quella che io preferisco meno, perché i suoi prodotti presentano liste di componenti molto articolate e ricche che mal si adattano alla trasparenza necessaria in questi casi e anche alla semplicità richiesta per l'igiene di un neonato. Si trova facilmente in molte erboristerie e supermercati di alimenti da agricoltura biologica oltre che sul catalogo I Piccolissimi.

-la quinta marca è **LOGONA**, che, anche se non diffusissima (ma la si può trovare in alcune erboristerie e reparti erboristici di supermercati naturali oltre che sul catalogo I Piccolissimi), offre, oltre ad altri prodotti, una linea ricchissima per il make-up. Solo pigmenti naturali di terre vengono usati per conferire il colore agli ombretti, fard, ciprie, creme coloranti, matite per le labbra e gli occhi, insieme a pregiati oli vegetali e cere naturali da coltivazioni biologiche o biodinamiche, senza conservanti e coloranti sintetici né derivati del petrolio (paraffine, urea, ecc.) e testate per quanto riguarda i possibili residui (pesticidi, metalli pesanti, radioattività) eventualmente presenti nelle terre.

-la sesta marca è la **LINEA TAUTROPFEN** che trovo ottima, benché offra esclusivamente una linea per neonati e, per quanto ne so, non si trovi nei negozi ma solo sul catalogo I Piccolissimi. Si tratta di cinque prodotti per la cura della pelle del neonato veramente spartani, ma che a ben guardare si rivelano come la scelta migliore in assoluto nel caso di bimbi da 0 a 6 mesi proprio in virtù della loro estrema semplicità che permette di fornire un prodotto con ingredienti al 100% da

agricoltura biodinamica (certificazione DEMETER): Crema Demeter per bimbi, Olio Demeter per bebè, Olio Demeter per bambini, Crema solare e Crema antifeddo “wintercreme”.

-l'ultima marca che, a differenza delle altre è inglese, è **ORGANIC CHILDREN**. Si tratta di una linea per bambini che propone lo shampoo, il detergente per il bagno o la doccia e la lozione idratante per il corpo. Sono tutti prodotti privi di alcool, profumi artificiali, derivati di origine animale o additivi chimici e tutti gli ingredienti base della formula provengono da agricoltura biologica. Sono prodotti che consiglio solo per i bambini sopra l'anno perché somigliano molto di più ai prodotti per adulti. La stessa ditta presenta anche con il nome di **GREEN PEOPLE** alcuni prodotti per adulti: la crema giorno per il viso e la lozione per le mani, che hanno le stesse caratteristiche di quelli per bambini. I prezzi sono ottimi. Io li ho trovati sul catalogo per corrispondenza New Baby (vedi nei [Links](#), dal sito si può ordinare on-line).

Comunque per ciascuna di queste marche potete individuare i siti internet e scrivere una e-mail chiedendo qual è l'esercizio commerciale più fornito nella vostra zona.

Un discorso a parte meritano le cosiddette '**salviettine umidificate**', che vedono un largo uso proprio nella pulizia della pelle e delle mani dei neonati e dei bambini. Come già si evinceva dai risultati riportati più sopra dal test della rivista tedesca Oeko Test su numerosi prodotti per l'igiene dei bambini (**su tredici marche nessuna è risultata accettabile!**), le 'salviettine umidificate' sono forse il peggior prodotto per l'igiene della persona presente sul mercato, dal punto di vista della qualità e dell'innocuità delle componenti (tutti altamente tossici). Per questo motivo ne sconsiglio vivamente l'uso a tutti, soprattutto per la pulizia del sederino del neonato o delle mani del bambino, che poi se le mette in bocca. Sono comode, ma non vale la pena correre un rischio così alto. Attualmente si trova una marca di salviettine umidificate naturali (prive cioè di sostanze pericolose) nella maggior parte dei supermercati di alimenti da agricoltura biologica; sono però delle confezioni piccole e piuttosto costose. Il catalogo I Piccolissimi (www.ipiccolissimi.it) propone, invece, una tipologia di salviettine davvero eccezionale (pura ovatta di cellulosa non sbiancata al cloro imbevuta di oli essenziali naturali al 100%) ad un prezzo ottimo, oltre che un'alternativa non unta (uguale a quelle tradizionali), sempre ad un prezzo vantaggioso.

A questa lista vorrei aggiungere solo un paio di consigli sui prodotti per l'igiene della casa e della biancheria. Tutto il discorso fatto sui cosmetici e i prodotti per l'igiene della persona vale anche per quest'altra categoria (detersivi e affini). Tutti quelli che si trovano comunemente in commercio sono pieni zeppi di sostanze chimiche, di sintesi, derivati del petrolio, coloranti, profumanti, ecc. che noi inaliamo nel momento dell'uso, ci portiamo a contatto con la pelle attraverso i vestiti e le lenzuola e le federe del nostro letto, ingeriamo attraverso i cibi passati nelle pentole e nei piatti su cui quelle sostanze si depositano, ecc. Solo per fare un esempio, gli sbiancanti ottici che sono presenti in tutti i detersivi per biancheria in commercio (e non solo specificamente nei prodotti smacchianti o sbiancati) sono sostanze altamente pericolose che, soprattutto se a contatto con le mucose (magari attraverso la biancheria intima) possono provocare dalla semplice infiammazione fino, a lungo andare, ad una compromissione dell'apparato riproduttore (pensiamo a quale moltiplicazione esponenziale hanno avuto le malattie collegate all'apparato riproduttore o i problemi legati alla sterilità e all'impossibilità di procreare negli ultimi 20 anni, che sono quelli che hanno visto l'uso sempre più massiccio di queste sostanze nei prodotti per la pulizia del vestiario). Mi sembra proprio che non sia il caso di rischiare con i nostri figli, quando in commercio ci sono prodotti di ottimo livello che escludono dalla loro composizione qualsiasi sostanza chimica o potenzialmente nociva sia per la persona sia per l'ambiente (tensioattivi chimici, sbiancanti ottici, conservanti, coloranti e profumanti sintetici) e che hanno un prezzo del tutto accettabile, soprattutto considerando che sono molto efficaci e che in generale sono necessarie quantità di detersivo molto inferiori rispetto a quelle che comunemente si usano sia per la pulizia del corpo sia per la pulizia

della casa (a me un litro di detersivo per piatti SONNET dure 6-7 mesi e i mie piatti sono pulitissimi). Siamo sempre lì: non sono convinta (perché l'ho sperimentato di persona in tanti anni di frequentazione di prodotti naturali) che si debbano fare sacrifici economici per comprare questi prodotti alternativi –così come i cibi da agricoltura biologica o gli indumenti naturali per il nostro bambino-, ma ammesso che occorra farli, non sareste disposti a farli anche solo per non essere avvelenati quotidianamente dalle industrie e dare una chance in più (anche se solo in ipotesi) alla vostra salute?

Gran parte dei detersivi che vengono venduti nei supermercati di alimenti da agricoltura biologica rispondono ai requisiti da me indicati, anche se è sempre meglio prima dare una controllatina agli ingredienti: più la lista è semplice, chiara e completa meglio è. Controllate sempre che non vi siano coloranti o profumanti artificiali o altre sostanze chimiche non vegetali.

Io trovo che la marca in assoluto migliore (perché al 100% vegetale, con profumazioni da oli essenziali, alcuni ingredienti da agricoltura biologica e senza nessun conservante –l'unica in questo senso) e che si trova distribuita dappertutto è la **SONETT**: offre una gamma di prodotti vastissima, detersivo per i piatti a mano (veramente molto potente ed efficace), linea per la lavastoviglie (detersivo in polvere, pastiglie, sale, brillantante), la linea per la lavatrice (detersivo liquido e in polvere normale, detersivo per capi delicati, decalcificante, candeggiante, smacchiatore liquido per macchie grasse da dare direttamente sui vestiti), la linea per la pulizia della casa (liquido anticalcare, liquido pulitutto per pavimenti e altre superfici, detergente wc –veramente ottimo-, liquido abrasivo, igienizzante vegetale). Potete trovare la linea completa sul catalogo I Piccolissimi, ma basta andare in qualsiasi supermercato o negozio di alimenti naturali per trovare gran parte dei prodotti.