

# I PANNOLINI LAVABILI

*Per una scelta consapevole,  
a vantaggio del bambino,  
dell'ambiente e del risparmio.*

A cura del Gruppo "Non solo Ciripà"

Margherita Guidetti, 24 settembre 2009



Una premessa: lo SCOPO del Gruppo "Non solo ciripà":

NON FACCIAMO PUBBLICITA' E NON VENDIAMO PRODOTTI !!!!

Vogliamo solo aiutare chi vuole fare questa scelta O chi **potrebbe volerlo** fare...

.....ma *ancora* non lo vuole, perché...

...NON C'È CORRETTA INFORMAZIONE!

→ gli SVANTAGGI del pannolino di stoffa sono SOVRASTIMATI

→ i VANTAGGI del pannolino di stoffa sono POCO CONOSCIUTI

NOI FACCIAMO INFORMAZIONE PER PERMETTERE UNA SCELTA CONSAPEVOLE!

## • Perché i lavabili?

### a. Per la tutela dell'ambiente

Evitano lo spreco di cellulosa, acqua ed energia, necessarie per la produzione industriale degli usa e getta. Ma soprattutto, evitano di immettere nell'ambiente tonnellate di rifiuti difficili da trattare e non biodegradabili.

Ogni bambino si **cambia** il pannolino circa **6000 volte** nei suoi primi 3 anni di vita

Con gli usa&getta questi cambi si trasformano in una tonnellata di rifiuti indifferenziabili,

8 pannolini x 365gg = 2.920 pannolini il primo anno

6 pannolini x 365gg = 2.190 pannolini il secondo anno

4 pannolini x 365gg = 1.460 pannolini il terzo anno

che in totale sono 6.570 pannolini per ogni bambino!

E qual è il loro peso?

Un pannolino di giorno quando viene buttato ha un peso diverso rispetto a quello della notte, durante la quale in genere il cambio è meno frequente (anzi spesso non avviene). Il peso medio è difficilmente stimabile con precisione perché varia a seconda dell'età del bambino e della quantità di liquidi che il bambino beve nell'arco della giornata. Calcolando per difetto, si può dire che:

1 pannolino giornaliero gettato pesa 150gr e 1 pannolino notturno ne pesa 250gr.

Dal nostro calcolo precedente quindi possiamo dire che ci sono

1.095 pannolini notturni e

5.475 pannolini giornalieri

il calcolo quindi è il seguente:

$1.095 \times 250\text{gr} = 273,75 \text{ Kg}$  di pannolini notturni

$5.475 \times 150\text{gr} = 821,25 \text{ Kg}$  di pannolini giornalieri

Il che significa che produciamo **UNA TONNELLATA (1.095Kg) DI RIFIUTI SOLO PER UNO DEI NOSTRI FIGLI!**

Il costo dello smaltimento di questa tonnellata di rifiuti prodotta da un solo bambino è circa 190€ e coincide con l'**incentivo economico** medio che alcune amministrazioni italiane attribuiscono alle famiglie che comprano i pannolini lavabili.

554.022 bambini (dati ISTAT 2005) x 6.570 pannolini nei primi tre anni di vita = 36.399.245 .... 36 milioni!!! di pannolini gettati!

554.022 bambini x 1.095Kg di rifiuti non riciclabile = 606.654 tonnellate di rifiuti dal 2006 al 2009 in Italia! Costituiscono una vera e propria collinetta che ogni bambino produce nella sua vita e che va rimossa dalle strade e trattata nell'inceneritore, con spese per le amministrazioni e costi ambientali non indifferenti. **Tra il 2 e il 10 %** di tutti i rifiuti urbani (dipende dalle zone), che necessitano di **500 anni per decomporsi**.

Infatti le discariche non forniscono le condizioni necessarie per la decomposizione dei pannolini: nel tempo, i pannolini si mummificano mantenendo inalterati peso, volume e forma.

Le feci umane inoltre possono contenere **agenti patogeni** veicolabili attraverso roditori, insetti e uccelli, o attraverso l'acqua, se le falde acquifere sono contaminate<sup>1</sup>.

Per produrre questi 6000 pannolini usa&getta si abbattano **20 alberi** di grandi dimensioni.

Gli studi sull'impatto ambientale mostrano che il consumo di **acqua** derivante dal lavaggio dei pannolini riusabili non supera quello per la produzione dei 6.000 usa e getta.

Inoltre, mentre l'acqua di scarto derivante dal lavaggio dei pannolini in stoffa è relativamente innocua, le acque di scarico provenienti dalla produzione di cellulosa, plastica e idrogel contengono solventi, metalli pesanti, polimeri, diossine e furani.

Sbiancare la cellulosa dei pannolini monouso comporta l'emissione nell'aria di **diossina** e **furani** e il loro incenerimento produce **emissioni tossiche** nell'aria e ceneri tossiche.

Il bilancio ambientale pende decisamente a favore del pannolino di stoffa e in Germania, già nel 2000, il 20% delle famiglie ne faceva uso<sup>1</sup>.

## b. Per il benessere del tuo bambino

Statisticamente, pare che i lavabili diano minori rischi di eritemi da pannolino. Inoltre, col lavabile si evita il surriscaldamento dell'area genitale, potenziale causa di infertilità maschile.

Il sederino dei nostri bimbi resta a contatto con un tessuto e ciò è sempre un vantaggio per la pelle, come attestano numerosi pareri medici. Non servono creme all'ossido di zinco (attenzione ceratura).

I pannolini lavabili garantiscono la **traspirazione**. I tessuti esterni sono impermeabili ma lasciano passare l'aria.

Le **irritazioni** della pelle nella zona del pannolino sono più frequenti negli ultimi anni anche perché

1 "Un Pediatra Per Amico" n. 2 Marzo-Aprile 2005, disponibile in rete: [http://www.uppa.it/dett\\_articolo.php?ida=307&idr=21&idb=125](http://www.uppa.it/dett_articolo.php?ida=307&idr=21&idb=125); vedi anche sul n. 3 Maggio-Giugno 2009: [http://www.uppa.it/dett\\_articolo.php?ida=622&idr=43&idb=59](http://www.uppa.it/dett_articolo.php?ida=622&idr=43&idb=59)

non si cambia spesso il pannolino; invece il pannolino va cambiato spesso per evitare la proliferazione di agenti infettivi, i quali altrimenti trovano un habitat di diffusione favorevole, con conseguente rischio di irritazioni cutanee che gli studi dicono appunto essere aumentati dal 7,1 % al 61 % in pochi anni. È risaputo che sulla pelle dei bimbi l'immunità è bassa ed è quindi buona norma igienica e preventiva cambiare spesso il pannolino, in media ogni 3 ore per i modelli diurni.

Ma se il pannolino deve essere cambiato spesso, che senso ha usare pannolini super assorbenti?

Inoltre la "superassorbenza" dei pannolini monouso è ottenuta con l'impiego di gel chimici (silicati e simili), tra questi il **sodio policloridato** che ha la capacità di assorbire più di 100 volte il suo peso in acqua. Questa sostanza nel 1985 fu eliminata negli assorbenti femminili perché accusato di provocare uno shock tossico nelle donne che usavano tamponi contenenti questa sostanza.

PER L'AUTONOMIA DEL TUO BAMBINO.

Lo "spannolinamento" e il **passaggio al vasino** sembra che avvenga **più presto** con i pannolini di stoffa: infatti paradossalmente il fatto che un pannolino usa e getta faccia sentire il nostro bambino così asciutto è controproducente perché il bambino, non sentendo la sensazione di bagnato e la sensazione fisica del "farsi pipì addosso", tarda a liberarsi del pannolino stesso ritardando quindi il passaggio al vasino e all'indipendenza! Tale passaggio infatti oggi avviene tardi, mentre con i lavabili il passaggio alla mutandina si anticipa, avvicinandosi di più a quello che accadeva in passato (le nostre mamme e nonne lo confermano!)<sup>1</sup>.

### c. Per il portafoglio

I circa 6000 pannolini che usiamo nei primi tre anni di vita per i nostri bimbi ci fanno spendere dai **1500 ai 2000 euro** in pannolini usa&getta.

Tralasciando le marche super-economiche, ci riferiremo alla marca più diffusa, nel suo prodotto "standard".

Facciamo una media sulla confezione di pannolini... vanno da 20 a 28, perciò potremmo dire che una confezione per 3 anni ne contiene 24. Il costo della confezione è di 7 euro. 1 pannolino quindi ha un costo che si aggira sui 29 centesimi di Euro (alcuni da 0,25 e altri da 0,35):

6.570 pannolini x 29 cents = 1.905,30 Euro

A ciò andrebbe aggiunto che i pannolini neonato costano il 50% in più (circa 8/9 euro a confezione) e li usiamo per un paio di mesi.

Con i **lavabili** invece la spesa varia **dai 200 agli 800 euro** a seconda del modello che scegliamo. E se poi decidessimo di avere un altro bimbo? Allora la spesa sarà uguale a zero!!! Non vi sembra un bel risparmio?

### d. E anche perché sono proprio belli!



## • Come scegliere

Non esiste “il pannolino lavabile”, ma esistono moltissime marche e ciascuna in genere propone più modelli.

Ciò può confondere il genitore se non può vederli da vicino...

### AIUTO!!! COME FACCIAMO A SCEGLIERE?

Poterli vedere e toccare rende tutto più semplice; se non eri presente all'incontro a Carpi puoi contattare la referente della tua zona:

<http://www.pannolinilavabili.info/index.php/contatti/referenti/emilia-romagna>

Utile anche la sezione schede del forum <http://pannolinilavabili.info/forum/>

L'importante è capire quello che fa per sé.

Per valutare un pannolino lavabile, guardare:

1) il tessuto

2) il tipo

3) il sistema delle taglie ( “a taglie” o “taglia unica”)

**Ad ogni bambino il suo pannolino!**

### I tessuti

- I tessuti naturali, specie se biologici, sono ecologici al 100%: cotone, canapa, bambù. Sono molto assorbenti.

Le lavorazioni principali: spugna, flanella, velour, piquet, jersey

- I tessuti sintetici a contatto con la pelle sono drenanti (riducono l'effetto umido) e rimangono morbidi nel tempo: microfibra all'interno, micropile/suadecloth a pelle, pul all'esterno

### Le tipologie

Le diverse tipologie in commercio si dividono nei 3 "sistemi" di pannolino lavabile:

**A) Due pezzi (all in 2)**, composti di: parti **interne/assorbenti (ciripà, muslin, prefold, sagomato, fitted)** + parti **esterne (mutandine impermeabili)**.

**B) Pocket.**

**C) Tutto in uno (AIO = all in one).**

- “il velo raccogliitore”: in tutte le tipologie di pannolini si può mettere un velo di cellulosa o poliestere tra il popò e il pannolino per raccogliere il solido e buttarlo nel wc. Il velo di cellulosa può andare nel wc se insieme alla cacca, se invece è solo bagnato di pipì si lava in lavatrice finché non si rompe (in genere per 3-4 volte). Il velo di poliestere si lava e si riutilizza all'infinito; può essere utile con pannolini di fibre naturali perché la cacca si stacca più facilmente e fa l'effetto asciutto sulla pelle.

## **A) Pannolini in due pezzi – all in 2**

- **parte assorbente + parte impermeabile.**

- Asciugatura più rapida rispetto ai sistemi in cui gli strati sono cuciti tutti insieme.
- Alcuni tipi hanno la chiusura facilitata con il velcro o con i bottoncini e sono molto semplici da usare, altri richiedono di apprendere una vera e propria arte di ripiegare tessuti assorbenti.
- Consentono di lasciare il bimbo senza mutandina impermeabile in alcuni momenti.
- Sono i pannolini che si trovano più facilmente nei negozi.
- La parte assorbente è fatta di tessuti naturali.

### **PARTE INTERNA: diverse possibilità...**

#### **A.1) Ciripà**



- È una striscia di maglina di cotone che si piega in due e che si avvolge intorno alla vita del bambino grazie a dei lacci piuttosto lunghi.
- All'interno vengono messi strati che garantiscono l'assorbenza in base alle necessità.
- I ciripà si adattano alla crescita del bambino.
- È un sistema che però richiede una certa abilità.
- È il sistema d'elezione per i neonati, che non si agitano sul fasciatoio.
- È economico, si asciuga velocemente ed ha una buona vestibilità, senza ingombrare molto.
- Per facilitare il lavaggio ed evitare che i laccetti si ingarbugolino al resto del bucato, è utile raccogliere i ciripà in un comune sacchetto per bucato.

#### **A.2) pannolini-inserto**

**(muslin in inglese, einlagewindeln in tedesco)**

Quadrotti di garza di cotone generalmente di dimensioni 80x80cm, che si ripiegano a rettangolo o a triangolo e si fissano con una spilla / nappi nippa.

#### **A.3) Prefold**

- Si tratta di un rettangolo di tessuto più spesso al centro e meno ai lati.
- Si trovano in diverse dimensioni, da 30x40cm per i neonati a 40x50cm per i più grandicelli.
- Esistono vari modi di ripiegarli (piegatura a ventaglio, ali d'angelo, posteriore, anteriore, orizzontale);
- in base alle necessità si può aggiungere un inserto per aumentarne l'assorbenza, oppure si possono ripiegare un prefold grande ed uno piccolo insieme.

- È un sistema molto economico, nonché molto assorbente
- Vestibilità perfetta perché costruiti direttamente sul bambino.
- Asciugano molto rapidamente e sono poco ingombranti.
- Per tenerli in posizione si possono usare le tradizionali spille da balia o le più moderne Nappi Nippa, spille in gomma a forma di Y.



#### A.4) pannolini sagomati (flat in inglese)

- Seguono l'anatomia del bambino e hanno il vantaggio, rispetto ai sistemi precedenti, di essere subito pronti per essere indossati.
- Non hanno elastici né intorno alle gambine, né in vita.
- Si tengono in posizione con spille da balia, o il moderno nappi nippa, o con la mutandina impermeabile.



#### A.5) pannolini sagomati con velcro o bottoncini (shaped fitted in inglese)

- Facili da mettere
- Inserto separato
- Esistono sia in taglia unica che a taglie

### PARTE ESTERNA: LE MUTANDINE

L'impermeabilità e la traspirabilità sono delegate alla mutandina.

In generale, le mutandine non devono essere lavate ad ogni cambio, ma solo quando risulti necessario.

Devono essere della giusta dimensione, in modo da aderire bene al corpo del bambino senza lasciare nessuna parte del pannolino sottostante scoperta. Per evitare perdite, è buona norma girare verso l'interno le parti che sporgono dall'elastico intorno alle gambine.

Esistono mutandine di tessuti diversi:

#### **PUL**

Non si tratta di un tessuto, ma di una lavorazione.

Esattamente si tratta di una laminatura di un tessuto con un certo spessore di poliuretano. Questo tipo di formulazione è molto resistente (anche alle altissime temperature) proprio perché originariamente

pensato per uso chirurgico, in seguito è stato molto utilizzato per la sua versatilità e adattabilità anche ad usi diversi. In particolare per quanto riguarda i pannolini quando parliamo di PUL parliamo di una microfibra di poliestere laminata, o anche di un tessuto di cotone stampato laminato. In linea di massima le tinte unite sono maglina di poliestere, le fantasie sono cotone stampato. Le prime sono più morbide, le seconde leggermente più rigide (per via del maggiore spessore del cotone). La laminatura poi può essere più o meno spessa.

Le mutandine in pul sono impermeabili, ma garantiscono comunque una buona traspirazione, perché lasciano passare le molecole dell'aria ma non quelle dell'acqua. Sono mutandine molto facili da pulire ed che asciugano rapidamente.

Non asciugare sui termosifoni.

## **LANA**

È la mutandina perfetta per chi preferisce tessuti di origine totalmente naturale e che permettano un'ottima traspirazione.

Se il bambino rimane nella stessa posizione per molto tempo, è possibile che si bagnino i vestitini a causa della pressione esercitata dal suo peso sul pannolino bagnato.

Un po' più ingombranti sotto i vestitini rispetto a quelle in pul.

Morbidissime e naturalmente antibatteriche.

Necessitano periodicamente (ogni 4/5 lavaggi) di un trattamento alla lanolina per rinnovare la naturale propensione della lana a trattenere l'umidità.

Si lavano a mano a freddo (o in lavatrice usando il programma per capi delicati); la fase di asciugatura è piuttosto lenta (ma non si devono lavare ogni volta, basta farle asciugare al sole).

## **PILE** (fleece in inglese)

L'alternativa sintetica delle mutandine in lana.

Permettono un'ottima circolazione dell'aria, non sono impermeabili, ma consentono all'umidità di evaporare.

Se il bambino rimane nella stessa posizione per molto tempo, è possibile che si bagnino i vestitini a causa della pressione esercitata dal suo peso sul pannolino bagnato.

Un po' più ingombranti sotto i vestitini rispetto a quelle in pul.

Esistono anche mutandine in pile con uno strato di PUL aggiuntivo; in questo caso sono assimilabili a quelle in PUL sopra descritte, quindi risulteranno meno traspiranti.

**Attenzione** a non mettere la canottiera tra la parte assorbente del pannolino e la mutandina esterna! Nella scelta della taglia non affidarsi solo all'indicazione del peso, ma cercare le misure della vita, del giro gamba e dell'altezza schiena-ombelico, da valutare soprattutto se si intende usare la mutandina la notte (in questo caso si sceglierà un modello che sia sufficientemente alto, così da garantire una buona tenuta anche nel caso in cui il bambino dorma a pancia in giù).

## B) Pocket

- Sono pannolini a tasca, costituiti da uno strato esterno in PUL cui è cucito uno strato interno in pile / micropile / suadecloth (o tessuto naturale).
- All'interno della tasca vengono inseriti gli inserti assorbenti (in diversi tessuti e tessiture) ma anche asciugamani o prefold ripiegati.
- Asciugatura rapida.
- Velcro o bottoncini.

In genere a contatto con la pelle c'è una fibra sintetica, che però ha il vantaggio di non irrigidirsi con i lavaggi, piacevole sulla pelle e con una funzione drenante: l'umidità viene assorbita dallo strato assorbente sottostante, lasciando la pelle del bambino asciutta.

Ultimamente vengono prodotti anche in tessuti naturali.



## C) Tutto in Uno – All In One (AIO)

- Sono i pannolini più simili agli usa e getta.
- Richiedono parecchio tempo per asciugare.
- Velcro o bottoncini.

I tessuti sono gli stessi usati per le altre tipologie di pannolini: PUL all'esterno per garantire l'impermeabilità; cotone, canapa, bambù o microfibra per la parte assorbente. A contatto con la pelle solitamente è presente uno strato di pile che drena la pipì, oppure fibre naturali.

Alcuni hanno la parte assorbente estraibile, rendendo l'asciugatura più rapida.



## • Gestione

### Quanti ne servono?

Dipende dall'età del bambino, da quanto spesso vuoi fare lavatrici e da che tipo hai scelto (alcuni asciugano prima di altri). Il numero varia **da 20 a 25**: prendine qualcuno in più se scegli i "tutto in uno", qualcuno in meno se decidi per "pocket", "prefold" o "ciripà". Se scegli un pannolino "tutto in due", ti serviranno 2 mutandine per taglia.

Prima di essere utilizzati devono essere **lavati 3-4 volte** per favorire l'assorbimento dei tessuti e togliere gli olii di produzione.

Nell'acquisto di vestitini e body è meglio considerare che i lavabili sono un po' più ingombranti degli usa e getta (un vantaggio per lo sviluppo delle anche).

## Ok, abbiamo capito che è meglio, ma sarà fattibile? - il lavaggio

- Operazione cacca: buttarla nel WC (con o senza velo di cellulosa) e sciacquare i residui
- **Si buttano in un secchio con coperchio** (come buttare nella pattumiera un usa&getta!). Sul fondo si può aggiungere del bicarbonato di sodio - igienizzante, antiodorante - o del tea tree oil – antimicotico naturale).
- Quando ci si accorge che i pannolini rimasti puliti e asciutti bastano solo per il tempo di lavaggio e asciugatura degli sporchi, è il momento di mettere i pannolini in lavatrice. È comunque consigliabile lavarli ogni 3 giorni.



- Si lavano in lavatrice a **40° o 60°** con **pochissimo detersivo** (meglio biologico o ecologico);

- Anche con il resto del bucato

- Senza ammorbidente, sbiancanti o disinfettanti.

Meglio evitare anche prodotti come il Napisan che contengono sbiancanti ottici (“pitture” che ricoprono di bianco le macchie) e sbiancanti sintetici spesso tossici e altamente allergizzanti. Evitare qualunque detersivo che contenga perborato di sodio, che verrà presto ritirato dal mercato.

- Si può aggiungere al detersivo: **bicarbonato** o **percarbonato di sodio** (come sbiancante e igienizzante ecologico) + **acido citrico** o **aceto bianco** come ammorbidente.

- È utile fare un ciclo di risciacquo in lavatrice prima del lavaggio e

lasciare i pannolini in ammollo per qualche ora (sempre in lavatrice).

- In caso di macchie e aloni, il sole fa miracoli (la macchia di cacca è causata dalla bilirubina che è fotolabile).
- Si possono asciugare anche in asciugatrice (ad eccezione delle mutandine impermeabili).

## Dove acquistare?

- Negozi online italiani e stranieri

<http://www.pannolinilavabili.info/index.php/dove-li-trovo/negozi/Negozi-online>

- Negozi in zona:

<http://www.pannolinilavabili.info/index.php/dove-li-trovo/negozi/Emilia-Romagna/Modena>

- Il mercatino dell'usato: <http://www.pannolinilavabili.info/index.php/dove-li-trovo/mercatino>

- Se sapete cucire potete farveli da sole! Qui trovate qualche le info sui tessuti e i cartamodelli da scaricare: <http://www.pannolinilavabili.info/index.php/documentation/fai-da-te>



## Se hai altri dubbi non esitare a contattare le mamme che usano i PL!

Il gruppo “non solo ciripà” è un gruppo di mamme entusiaste di questa scelta: informiamo senza scopo di lucro, siamo disponibili ad offrirti una mano per trovare la soluzione più adatta alle tue esigenze, a mostrarti i nostri pannolini e a raccontarti le nostre esperienze.

Inoltre puoi iscriverti gratuitamente al nostro forum on-line, partecipando alle discussioni e accedendo ai consigli di mamme che li usano da più tempo: [www.pannolinilavabili.info](http://www.pannolinilavabili.info)

Margherita (Carpi): [margherita.guidetti@libero.it](mailto:margherita.guidetti@libero.it)