

GUIDA PANNOLINI LAVABILI



SOMMARIO

- *Tipologia di PL:*
 - *Pocket*
 - *AIO*
 - *AI2*
 - *2 pezzi*
- *Taglia dei PL*
- *Chiusura dei PL*
- *Accessori*
- *Gestione:*
 - *Detersivo*
 - *Lavaggio e Routine*
 - *Stoccaggio*
 - *Macchie*
 - *PL puliti*
 - *Cover di lana*
 - *Senza pannolino, dove li metto?*
- *Soluzioni:*
 - *Perdite di pipì*
 - *Arrossamento/Irritazione*
 - *Candida*
 - *Odori*
 - *Strippaggio*
- *Vocabolario*

TIPOLOGIA DI PL

Pocket

Sono PL formati da una parte esterna impermeabile (PUL) e una parte interna in tessuto che va a contatto con il sederino del bebè.

Le due parti sono cucite insieme in modo da formare una “tasca” (da qui il loro nome Pocket) fornita di un’apertura in cui si inseriscono uno o più inserti in tessuto assorbente.

Sono facili da usare, soprattutto per chi ha poca dimestichezza con i PL.

Una volta assemblati (guscio + inserto) non hanno bisogno di altro, e si indossano come un qualsiasi usa e getta.

Si può modulare l’assorbenza in base alle necessità del bebè, con uno o più inserti.

Il guscio asciuga in fretta e può essere abbinato a qualsiasi tipo di inserto.

Al cambio pannolino va sostituito interamente il PL e deve “farcito” ad ogni uso.

AIO
(All in One - Tutto in Uno)

Sono PL dotati di una parte esterna impermeabile (PUL) e di un inserto in tessuto assorbente cucito direttamente nella parte interna del pannolino, formando un solo pezzo.

Sono pronti all'uso (come gli u&g), non si smontano per il lavaggio e non si assemblano prima dell'uso.

Essendo un pezzo unico richiedono tempi di asciugatura più o meno lunghi.

Non è possibile adattare l'assorbenza alle esigenze del singolo bebè in quanto non si possono aggiungere altri inserti oltre ad un piccolo Booster.

Sono sconsigliati, perciò, per la notte.

AI2 (All in Two - Tutto in Due)

Il concetto di questi PL è lo stesso dell'AIO con esterno impermeabile e interno assorbente, ma la parte assorbente non è cucita sul pannolino ma va attaccata al guscio tramite bottoni o simili. Gli inserti, così attaccati, andranno a contatto con la pelle del bebè.

Alcuni AI2 hanno la possibilità di essere usati con una parte assorbente usa e getta, rendendoli dei veri e propri "ibridi".

Se il guscio resta pulito si può cambiare solo l'inserto, continuando ad usarlo.

La parte esterna asciuga velocemente.

Devono essere preparati prima dell'uso, operazione più veloce rispetto ai Pocket.

L'assorbenza è limitata, quindi poco adatti alla notte.

2 pezzi

Sono PL composti unicamente da tessuto assorbente (primo pezzo) a cui è necessario aggiungere una cover impermeabile (secondo pezzo).

Si raggruppano in: pieghevoli (prefolds, muslin, ciripà) e fitted.

Pieghevoli

Si tratta di semplici pezzi di tessuto, solitamente composti da 2-3 strati di tessuto assorbente, che vanno piegati secondo varie tecniche, avvolti intorno al bebè e poi tenuti fermi con accessori chiamati nippa/snappi e coperti con la cover impermeabile.

Sono i PL più economici.

Si adattano ad ogni bebè e seguono la sua crescita.

Si possono lavare ad alte temperature ed asciugano abbastanza velocemente.

Richiedono un po' di pratica per piegarli e chiuderli.

Occorre mettere prima il tessuto e poi la cover, potrebbe risultare una pratica non molto facile con un bebè arzillo.

Possono essere un po' ingombranti.

Prefold

Sono dei rettangoli di tessuto assorbente con la parte centrale con più strati cuciti insieme per garantire una maggior assorbenza.

Si trovano di diverse misure, e possono essere piegati in modo da avvolgere il bebè oppure semplicemente piegati in 3 (trifold).

Sono molto resistenti e possono essere usati anche come inserti nei Pocket (soprattutto per la notte).

Richiedono tempi di asciugatura più lunghi ma possono essere messi a contatto con una fonte di calore (anche in asciugatrice).

Muslin

Sono dei sottili veli di garza, morbidissimi, che vengono piegati seguendo certe tecniche per avvolgerli attorno al bebè, oppure piegati come inserto per i Pocket.

Sono il pannolino ideale per i neonati.

Ciripà

Sono dei pezzi di tessuto rettangolare, piegati a metà nel senso della lunghezza con dei lacci per chiuderli e al loro interno si aggiungono inserti assorbenti.

Perfettamente adattabili alla crescita del bebè, sono taglia unica.

I triangoli sono i più antichi inserti per ciripà e possono essere in garza di cotone o in garza con un rinforzo centrale o in maglina a coste di cotone anch'essa con rinforzo centrale.

Fitted

Sono completamente in tessuto assorbente (come i pieghevoli) ma sono cuciti già a forma di pannolino con gli elastici al girocoscia e sono quasi tutti dotati di una sistema di chiusura con bottoni o velcro.

Richiedono, sempre, una cover impermeabile.

Sono semplici da usare.

Sono molto assorbenti (ottimi per la notte).

Offrono una doppia barriera contro le perdite (elastici vita e girocoscia e la cover abbinata).

Sono un po' ingombranti.

Come per i pieghevoli, occorre mettere prima il tessuto e poi la cover, e anche questa potrebbe risultare una pratica non facile con un bebè arzillo.

Hanno un'asciugatura lunga ma possono entrare a contatto con fonti di calore.

In genere il sistema a due parti (parte assorbente e cover) è particolarmente consigliato per i bebè molto piccoli che bevendo solo latte producono frequenti feci liquide.

I fitted sono particolarmente consigliati per la notte e per bebè che fanno tanta pipì.

COVER

Le cover possono essere di 3 tessuti diversi:

- Sintetico

Si tratta di un tessuto impermeabile ma allo stesso tempo traspirante, assicurano (se indossate bene) di non avere nessuna perdita.

Sono disponibili vari modelli, alcuni presentano internamente delle specie di tasche alle estremità che permettono di mantenere in posizione gli inserti, altri modelli sono ampi con vestibilità a "palloncino" e alcuni sono provvisti di doppie barriere.

Si possono trovare taglia unica, a taglie, con chiusura a velcro o bottoncini.

- Lana

Alcuni preferiscono utilizzare cover di tessuto più naturale come la lana.

La lana non è impermeabile, ma lascia circolare l'aria permettendo al bagnato di evaporare.

Queste sue caratteristiche ne fanno la cover ideale da utilizzare la notte sopra i fitted, particolarmente indicata per i bebè molto produttivi, poiché durante la notte fa evaporare l'umidità del pannolino bagnato impedendogli di inzuppare troppo.

Se è solo bagnata (ma non sporca) è sufficiente lasciarla all'aria aperta per 4-5 ore perché espella tutto il liquido assorbito perdendo anche qualunque odore.

Se sporca o quando inizia a emanare odore anche dopo aver preso aria (di solito non succede prima di 20-30 gg) va lavata con le stesse attenzioni di lavaggio dei capi in lana e poi occorre procedere ad una lanolinizzazione (immersione in bagno di lanolina) per ripristinare le caratteristiche della cover.

- **Pile**

La cover in pile è più traspirante del PUL e agisce come la lana assorbendo umidità dalla pelle (o dal pannolino) e riversandola all'esterno.

Quindi è ideale per i bebè che si arrossano facilmente quando sono coperti con le cover in PUL.

Il pile non si “arieggia” bene come la lana e tende a trattenere un po’ di odore per cui va lavata molto più spesso della cover in lana, ma la sua gestione è più facile poiché si può lavare insieme alla biancheria normale e asciuga molto rapidamente.

TAGLIA DEI PL

Tutti i tipi di PL si possono trovare a taglie (da XS/NewBorn a XL/Toddler/Junior, alcune marche vanno a numero di taglia: 0, 1, 2, 3) oppure taglia unica (TU o One Size).

Per quanto riguarda i taglia unica, a seconda del produttore, vestono circa da 4-5 kg a 16-18 kg.

Più che la valutazione dei kg bisognerebbe far riferimento alle misure perché tutto dipende dalle caratteristiche fisiche del bebè.

La regolazione della taglia può essere fatta tramite chiusura di bottoncini posti sul davanti del pannolino oppure si ottiene ripiegando la parte superiore/anteriore del pannolino.

O ancora tramite la possibilità di regolare la lunghezza degli elastici del giro coscia e della parte della schiena.

I pannolini a taglie solitamente hanno una vestibilità migliore, soprattutto nei piccoli (la large in genere corrisponde alla misura tutta aperta dei TU quindi generalmente si equivalgono come vestibilità), ed hanno un costo leggermente inferiore rispetto a quelli a taglia unica (ma ne servono di più, anche se non necessariamente capiterà di dover comprare tutte le taglie).

Quando si acquista non bisogna, quindi, basarsi solo sulle indicazioni di età/peso del produttore ma controllare le misure del PL (girovita, girocoscia e lunghezza) in particolar modo per i PL a taglie.

CHIUSURA DEI PL

Velcro

Il velcro è la chiusura più comoda da usare e regolare rapidamente (ricordando le altte degli u&g).

Garantisce un'aderenza perfetta ma tende a perdere funzionalità con l'uso e ad intrappolare fili e pilucchi quindi vanno puliti spesso (con ago, pinzetta, pettinino).

Quando il bebè cresce un po', però, aprire il velcro diventa un bel gioco e potrebbe essere difficile fargli tenere il PL se non adeguatamente bloccato con il body o simili.

Il velcro va assolutamente chiuso durante il lavaggio per evitare che si attacchino ad altri tessuti, rovinandoli.

Bottoncini

L'uso all'inizio è meno intuitivo e l'aderenza del PL potrebbe essere meno precisa rispetto al velcro, ma rimangono nuovi e funzionali più a lungo.

Sono ideali quando il bebè impara ad aprire il velcro, inoltre saranno ancora piuttosto nuovi per un eventuale uso con altri figli.

Un altro vantaggio dei bottoncini (con due bottoni) è quello di poter regolare in maniera indipendente la chiusura del giroscia e la chiusura della vita.

La chiusura a bottoncini può essere frontale oppure laterale, quest'ultima soluzione permette di avere uno strato "liscio" sulla pancia (senza abbottonature) e ne può risultare una vestibilità migliore per i bebè più "grossi".

Senza chiusura

Alcuni PL sono senza chiusura e per chiuderli si usa uno snappi/nippa (un gancetto apposito) oppure bloccati con una mutandina aderente.

ACCESSORI

Velini catturapupù

Si tratta di un rettangolo di tessuto che può essere un tessuto usa&getta oppure di un tessuto lavabile ad effetto drenante che ha la funzione principale da “catturare” le feci semplificando la pulizia del PL.

Sono indispensabili quando si devono usare creme/oli sulla pelle del bebè per impedire che queste sostanze si depositino sul pannolino creando problemi di assorbimento “cerando” il PL.

I velini biodegradabili si trovano di diverso spessore; alcuni molto sottili poco adatti per la pupù dei lattanti e offrono una minor protezione alle creme, altri invece molto più spessi ideali per pupù liquida e creme.

Sono biodegradabili, ma questo non significa che si dissolvono facilmente a contatto con l’acqua e lo dimostra il fatto che, se bagnati solo di pipì, possono essere lavati insieme ai PL e resistono anche per 3-4 lavaggi.

Quindi non bisogna gettarli mai nel WC poiché, se usati ad ogni cambio, finirebbero per intasare tutto.

I velini lavabili sono fatti di tessuto drenante (pile, suede, minkee, coolmax), si lavano insieme ai PL e asciugano molto velocemente.

Per la loro caratteristica drenante permettono alla pelle del bebè di rimanere più asciutta e sono quindi ottimali per la pelle di quei bebè che non tollera di restare a contatto con il bagnato.

I velini non hanno in nessun modo azione assorbente quindi non si considerano nel “conteggio” degli inserti.

Contenitore porta PL sporchi

Un bidone da 20-25 LT per riporre i PL sporchi a secco lo si può trovare in qualunque negozio di articoli per la casa, se dotato di coperchio aiuta anche a tenere a bada gli odori.

La wet-bag è un sacco di varie dimensioni fabbricato con il PUL e quindi impermeabile. Ci sono alcuni modelli dotati di maniglie/laccetti che permettono di poterla appendere risparmiando così spazio sul pavimento.

Alcune sono dotate di una cerniera sul fondo per cui non è più necessario maneggiare i PL sporchi al momento della lavatrice, ma è sufficiente aprire la cerniera ed inserire la wetbag nella lavatrice, il cestello rotante farà uscire i PL.

La versione più piccola di wet bag possono contenere 3-4 PL e sono adatte per le uscite per conservarvi i PL sporchi fino al ritorno a casa (possono essere usate anche per trasportare all’asciutto costumi o indumenti bagnati).

GESTIONE

Detersivo

Il detersivo perfetto per i PL è quello che li pulisce senza lasciare residui ed è sicuro per la pelle dei neonati.

La dose del detersivo

La dose del detersivo da usare è un'altra delle problematiche che sembra non trovare una risposta semplice.

Il detersivo è fondamentale per lavare e deve esserci!

Quanto metterne per avere il bucato lavato adeguatamente dipende da: carico, tipo di acqua, tipo di detersivo.

A parità di quantitativo di detersivo liquido usato, in una lavatrice di PL crea molta più schiuma di una lavatrice di altri indumenti (fate una prova in caso).

Per questo motivo, spesso si osserva che le lavatrici di PL si risciacquano con maggiore difficoltà e vengono consigliati dosaggi molto bassi di detersivo e risciacqui aggiuntivi.

Per quanto riguarda la dose, gli stessi produttori di detersivi consigliano di fare le prime prove di lavaggio con una dose ridotta di detersivo e, se necessario, aumentarla gradualmente fino a trovare la quantità efficace per il lavaggio desiderato.

Quindi il consiglio è di iniziare usando 1/3 della dose indicata sul detersivo per un bucato sporco e acqua media.

Se avete acqua dura, invece di aumentare la dose (nei detersivi trovate indicata la dose da seguire calcolata in base alla formulazione del detersivo), aggiungete un sequestrante al lavaggio e utilizzate il dosaggio indicato prima.

Citrato di sodio

Lo potete trovare negli ingredienti col nome di: Sodium citrate (categoria agente tampone, sequestrante).

Il citrato di sodio è un sale dell'acido citrico e il suo pH è 7 (neutro) agisce come sequestrante, quindi lega gli ioni calcio presenti in abbondanza nell'acqua dura così addolcisce l'acqua e facilita l'azione del detersivo (agisce quindi legando gli ioni ma mantenendoli in soluzione impendendo quindi di depositarsi sui tessuti).

Essendo a pH neutro non influenza negativamente il pH del detersivo.

Un cucchiaio per una lavatrice direttamente nel cestello sembra essere il più sicuro per tutti i tessuti.

Se avete difficoltà a trovare un detersivo liquido che non faccia troppa schiuma anche a bassi dosaggi, è consigliato di usare un detersivo in polvere con i pannolini anche per i lavaggi a 40°C.

Se ci dovessero essere problemi a sciogliere alcune polveri si consiglia di pre-scioglierlo nella pallina dosatrice.

Con un detersivo in polvere avrete un lavaggio più efficace perché potrete usare una dose più adeguata senza avere problemi di schiuma e di conseguenza minori problemi di risciacquo.

Quali sono le sostanze generalmente vietate dai produttori di PL?

Sbiancanti ottici

Sono sostanze chimiche che non servono a lavare ma a dare l'illusione che siano più puliti e sono studiati per restare sui tessuti.

Si depositano come un velo sui tessuti e li fanno apparire più bianchi di quanto siano, in pratica sono come una pennellata di bianco sui tessuti che si rinnova ad ogni lavaggio. Per legge l'etichetta deve indicare se sono presenti.

Perché non andrebbero usati: essendo sostanze che restano sul tessuto possono irritare la delicata pelle del bebè e potrebbero compromettere l'assorbenza di inserti e PL.

Candeggianti

Aggiunti ai detersivi per sbiancare, sono sostanze chimiche a base di cloro molto irritanti.

Perché non andrebbero usati: possono irritare la pelle del bebè e danneggiano gli elastici e il PUL dei PL.

Ammorbidenti

Sono sostanze “antistatiche” che si depositano come un velo sui tessuti per renderli più morbidi.

Perché non andrebbero usati: compromettono l'assorbenza dei tessuti, potrebbero irritare la pelle.

Profumi

Sono sostanze chimiche che non servono a lavare ma solo a profumare il bucato, quindi inutili sui PL.

Perché non andrebbe usati: non per problematiche sui PL ma essenzialmente per un potenziale rischio di irritare la delicata pelle dei bebè.

Coloranti

Sono sostanze chimiche che non servono a lavare ma a migliorare il colore per dare l'illusione che siano più puliti.

Perché non andrebbero usati: essendo sostanze che restano sul tessuto possono irritare la delicata pelle del bebè e potrebbero compromettere l'assorbenza di inserti e PL.

Bicarbonato di sodio

Lo potete trovare negli ingredienti col nome di: Sodium hydrogen carbonate o Sodium bicarbonate, Idrogenocarbonato di sodio o Carbonato acido di sodio o Carbonato monosodico.

Perché non andrebbe usato: sembra che danneggi le fibre di bambù, inoltre per una serie di reazioni chimiche che avvengono durante il lavaggio finisce con il favorire il deposito di calcare sui tessuti.

Aceto

Perché non andrebbe usato: degrada lentamente il PUL e compromette gli elastici. Oltre che essere inquinante.

Enzimi

Diversi detersivi contengono enzimi.

La loro funzione è favorire la degradazione di alcune sostanze che sono solitamente quelle responsabili delle macchie sui tessuti.

L'utilizzo degli enzimi nei detersivi ha migliorato l'efficacia del lavaggio permettendo di ridurre la quantità di tensioattivi (con minore impatto ambientale), quindi con gli enzimi il lavaggio è più efficace.

Gli enzimi più comuni presenti nei detersivi sono:

- *Amilasi: degradano le macchie di amido e derivati*
- *Lipasi: degradano le macchie di unto e grassi*
- *Proteasi: degradano le macchie di sangue, feci, etc*
- *Cellulasi: attaccano la cellulosa*

Esperti di detersivi sostengono che gli enzimi non contribuiscono in modo consistente ad alterare i tessuti.

Ma sul lungo periodo tutti i tessuti subiscono un deterioramento a causa dei ripetuti lavaggi, indipendentemente dalla presenza di enzimi.

Perché non andrebbero bene:

l'unico enzima ancora in dubbio riguardo la possibilità di danneggiare in modo serio alcuni tessuti dei PL (in particolare il bambù) è la cellulase poiché questi tessuti vengono prodotti a partire dalla cellulosa delle piante.

Allo stato attuale non ci sono prove dimostrate di danni da cellulase sui tessuti, solo ipotesi dedotte dalla pratica di lavaggio.

Percarbonato di sodio

Lo potete trovare negli ingredienti col nome di: Sodium carbonate peroxide (categoria ossidanti).

Spesso è presente nei detersivi in polvere eco.

Si tratta di uno sbiancante che, a contatto con l'acqua, si decompona sviluppando acqua ossigenata (che svolge la vera azione sbiancante) e carbonato di sodio.

Sbianca e igienizza ma non lava (utilizzato senza detersivo, non è funzionale ai fini del lavaggio).

Ha un pH circa di 9-10 e se entra in contatto con una sostanza acida viene neutralizzato (per questo non deve entrare in contatto con l'acido citrico).

Si attiva dai 40° in su se puro, in alcune preparazioni è miscelato con il Taed che lo fa attivare al di sotto dei 40°.

Perché non andrebbe usato: alcuni produttori di PL sostengono che questa sostanza reagisce con l'acido urico e l'ammoniaca contenute nei PL sporchi danneggiando le fibre naturali.

All'atto pratico i detersivi contenenti percarbonato sono stati largamente usati sui PL senza creare alcun danno, ma saltuariamente si sono riscontrate conseguenze "gravi".

Anche in questo caso si tratta di ipotesi dedotte dalla pratica.

Quindi la pericolosità del percarbonato di sodio non è confermata, ma si tratta comunque di un additivo non fondamentale ai fini del lavaggio e che in molti detersivi è già presente, per questo motivo valutate con attenzione eventuali aggiunte di percarbonato al normale detersivo durante il lavaggio e solo se ritenete che sia necessario.

Acido citrico

Funziona da anti calcare e ha blande funzioni ammorbidenti, e grazie alla sua acidità, neutralizza l'alcalinità del bucato (dovuta al detersivo), e favorisce la degradazione di eventuali tracce di enzimi (potenzialmente allergizzanti) e residui di detersivi in polvere che potrebbero essere rimasti nei tessuti (hanno un pH alcalino).

Nel lavaggio, vanno usati 100-150 ml circa di una soluzione di acido citrico al 15-20% (a seconda della durezza della propria acqua) da inserire nella vaschetta per l'ammorbidente.

Se si usa il percarbonato nel lavaggio o un detersivo in polvere (solitamente a pH alcalino) sarebbe preferibile l'uso di acido citrico nel risciacquo per neutralizzare il pH

alcalino creato dalla sua decomposizione in carbonato di sodio che potrebbe restare sui tessuti e, con il suo pH alcalino, irritare la pelle che normalmente nei bebè ha ph neutro (circa 7).

LAVAGGIO E ROUTINE

È un dato di fatto che dovete fare un bel numero di lavaggi negli ipotetici 2-3 anni in cui il vostro bebè indosserà i PL e, nonostante il lavaggio lo faccia la lavatrice, è preferibile che la routine sia più semplice e uniforme possibile e che offra il più basso rischio di problematiche dovute ad errori di lavaggio.

La routine è basata sulla “scienza del lavaggio” e sull’esperienza, è valida per tutti i tipi di PL e per tutti i tessuti e permette di mantenere le performance di assorbenza ottimali riducendo al minimo l’impegno, l’impatto ambientale e il rischio di deterioramento anticipato dei PL.

Ogni lavatrice è diversa quindi dovete fare qualche piccola prova per trovare il programma che funziona al meglio nel vostro caso.

Alcune scelte sono state fatte in modo che ognuna possa variare la routine per adattarla meglio alla propria famiglia.

Sarebbe meglio capire com’è l’acqua della propria zona, perché è importante saperlo per qualunque tipo di lavatrice facciate, ed è fondamentale saperlo per il lavaggio dei PL perché vi possiate regolare con il quantitativo di detersivo da usare.

Quanto spesso lavare i PL?

A seconda della lavatrice e del numero di PL che si possiede si può ipotizzare una lavatrice ogni 2-3 giorni.

Lavare oltre il 3° giorno è fortemente sconsigliato perché si rischia la formazione di muffa e i vapori sviluppati dalla produzione di ammoniaca nel tessuto contenente pipì possono danneggiare gli elastici e i tessuti stessi ne risentono.

Quant’è un pieno carico di PL?

Bisogna fare attenzione a non riempire troppo la lavatrice poiché l’acqua e il detersivo devono poter penetrare bene tra i vari tessuti che devono potersi muovere e sbattere tra loro.

Ma anche lavare con un carico troppo basso non aiuta il lavaggio in quanto i PL tendono a scivolare sempre sul fondo senza sbattere a sufficienza.

Usando i PL a tempo pieno, si accumuleranno circa 6-7 pannolini al giorno (dipende dai cambi e dall’età del bebè) quindi, ipoteticamente, si ha un carico da lavare di 12 PL dopo 2 giorni se si possiede una lavatrice con carico sui 5 kg, e di 16 PL dopo 3 giorni se la lavatrice ha un carico intorno ai 7 kg.

Ovviamente non è obbligatorio raggiungere il carico solo con i PL, se avete lavatrici più grosse o volete lavare prima del 3 giorno potete lavare i PL insieme ad altro bucato di casa per avere un carico pieno.

La routine di lavaggio si compone di 3 fasi:

Fase 1:

Risciacquo senza detersivo.

Scegliete un programma della lavatrice con le seguenti caratteristiche:

- *ciclo a freddo (30-40 gradi)*
- *durata di 15-30 minuti*
- *centrifuga tra 600 e 800 giri*

Serve ad eliminare eventuali tracce di sporco solido, a ridurre la quantità di pipì nei PL e riportare il loro pH verso la neutralità facilitando in questo modo il lavoro del detersivo.

Dopo il prelavaggio potete aggiungere altra biancheria se servono per fare il carico della lavatrice.

Fase 2:

Lavaggio.

Scegliete un programma della lavatrice con le seguenti caratteristiche:

- *ciclo della durata di circa 2 ore (preferibilmente cotone, ma va bene anche sintetici nel caso in cui il ciclo cotone fosse troppo lungo)*
- *temperatura 40-60 gradi*
- *centrifuga finale fino a 1000 giri (salvo specifica diversa del produttore).*

È consigliato l'uso della pallina dosatrice nel cestello, così il detersivo si scioglie dove serve e l'azione meccanica della pallina aiuta nel lavaggio ed è necessario meno detersivo per ottenere lo stesso risultato di lavaggio.

Temperatura: pro e contro

Cercate di seguire le indicazioni di lavaggio del produttore. Warm= massimo 40 gradi. Hot= massimo 60 gradi.

40 gradi: i tessuti subiscono uno stress minore e durano più a lungo

60 gradi: uccide la maggior parte dei batteri della pipì, pulendo più a fondo però rovina più facilmente il PUL, elastici e tessuti.

Risciacquo extra

Se avete usato un detersivo adatto ed è stata caricata acqua a sufficienza durante il lavaggio, il programma della lavatrice dovrebbe aver già effettuato un risciacquo adeguato quindi non fate altro.

Se il detersivo non era adatto e/o c'era poca acqua, è possibile che all'ultimo risciacquo del ciclo troviate ancora tracce di schiuma e in questo caso è preferibile effettuare un altro risciacquo, meglio se a 40 gradi per far uscire più detersivo possibile dalle fibre.

Fase 3:

Asciugatura.

Se il clima lo permette, è meglio stendere al sole (economico, ecologico, sbiancante e igienizzante).

In asciugatrice (seguendo le istruzioni del produttore) con un programma a media temperatura (max 60 gradi) che non rovina le fibre, ma necessita anche un'ora o più per asciugare bene inserti e fitted.

O sul termosifone, tutto ciò che non è PUL.

Se non si possiede l'asciugatrice i PL e gli inserti in fibre naturali tendono ad indurirsi, si può migliorare la flessibilità stropicciandoli un po' tra le mani quando sono asciutti, prima di riporli.

STOCCAGGIO

Quando si toglie il PL:

- *se solo bagnato di pipì estrarre/staccare eventuali inserti e mettere nel contenitore senza fare altro.*
- *se con pupù toglierne il più possibile gettandola nel WC/bidoncino dei rifiuti, poi risciacquare la parte sporca con acqua fredda, schiacciare tra le mani per eliminare l'acqua in eccesso (evitare di strizzare le parti che contengono PUL per non rovinarle) e mettere tutto nel contenitore.*

I velini u&g vanno buttati direttamente nel bidoncino dei rifiuti.

Lo stoccaggio consigliato è conservarli dentro un bidone qualunque o in una wet bag, o in una wet bag dentro un bidone, a secco (senza fare nulla) o secco-umido (quando si risciacquano leggermente appena tolti).

Solo bidone:

- *basso costo (acquistate un qualunque bidone per la spazzatura da 25-30 LT che al termine di questo utilizzo troverà sicuramente un altro impiego in casa).*
- *il giorno del bucato i PL devono essere presi a mano e infilati in lavatrice.*
- *il bidone va regolarmente lavato.*
- *il bidone occupa un certo spazio.*
- *se fuoriescono odori si può chiudere il coperchio (anche se lasciare aperto il bidone quando si inserisce un nuovo PL permette all'ammoniaca di evaporare determinando quindi un minor odore).*

Solo Wet Bag:

- *si può usare anche fuori casa.*
- *quelle grandi hanno un costo elevato.*
- *il giorno del bucato si possono riversare i PL dentro la lavatrice senza toccarli.*
- *si può lavare in lavatrice insieme ai PL.*
- *se ci sono tanti PL risciacquati può gocciolare dai bordi.*

Bidone con dentro wet bag:

- *si somma il costo del bidone e della wet bag.*
- *il bidone non necessita di essere lavato regolarmente.*
- *il bidone occupa un certo spazio.*
- *si può usare la wet bag anche fuori casa senza il bidone.*
- *il giorno del bucato si possono riversare i PL dentro la lavatrice senza toccarli.*
- *si può lavare la wet bag in lavatrice insieme ai PL.*
- *si può inserire sul fondo del bidone qualcosa per attenuare l'odore senza pericolo di danneggiare i PL (un cucchiaio di bicarbonato di sodio, un batuffolo di cotone imbevuto di olio essenziale come tea tree, un pezzo di zeolite).*
- *se fuoriescono gli odori si può chiudere il coperchio.*

MACCHIE

Non vi preoccupate, macchie e aloni possono capitare a tutti.

Il lavaggio suggerito pulisce adeguatamente il PL, quindi anche se alcuni PL sono usciti dalla lavatrice macchiati non significa che non siano puliti, ma sono rimasti “colorati”, quindi si tratta di una questione estetica e si possono usare senza timori.

Con i successivi lavaggi piano piano la macchia svanirà, ma potete fare qualcosa anche subito per farla svanire stendendo il PL macchiato al sole con la macchia rivolta verso il sole.

Il sole è il più ecologico ed economico smacchiatore che esista.

Se i PL si asciugano e la macchia ancora non è sparita potete ribagnare la parte macchiata e lasciateli ancora esposti ai raggi UV (attenzione ai PL che contengono PUL assicurandovi che non si secchi esposto al sole, nel caso bagnate di nuovo anche il PUL). Poiché l'effetto viene ottenuto grazie all'esposizione ai raggi UV, funziona anche in una giornata nuvolosa o in casa davanti ad una finestra aperta, quindi non al sole diretto.

Naturalmente più il sole è forte e diretto e più velocemente si otterranno risultati.

Se, ad esempio, in estate un pomeriggio di sole è sufficiente a far sparire/sbiadire la macchia, in autunno o in inverno potrebbero servire alcuni giorni.

Piano piano il sole farà sbiadire tutte le macchie biologiche, anche quelle vecchie, mentre sono a rischio di permanere macchie “chimiche” come quelle lasciate da creme all'ossido di zinco o dalla Tachipirina.

Ci sono alcuni pretrattamenti da fare prima del lavaggio che possono aiutare a far sparire la macchia.

Qui elencati in ordine di praticità:

- *Spruzzare solo la macchia con un prodotto “pretrattante e igienizzante” a base di Perossido di idrogeno e lasciar agire massimo 10 minuti e inserire subito in lavatrice per la routine di lavaggio. Questo metodo è mirato alla macchia e il resto del PL non viene nemmeno toccato dai prodotti usati quindi ha minore effetto negativo sui tessuti.*
- *Miscelare circa 1 cucchiaio da tavola di percarbonato in 5 l di acqua calda (40-50 gradi) e tenere in ammollo per 30 min il PL da smacchiare, dopodiché lavare immediatamente. Questo metodo lascia a contatto con il percarbonato tutto il pannolino.*
- *Spalmare la macchia con una “pappetta” di percarbonato (2 cucchiai di percarbonato e acqua calda aggiunta pochissimo alla volta fino a formare una pappetta e poi spalmata subito), lasciar agire massimo 10 minuti e inserire subito in lavatrice per la routine di lavaggio.*

PL PULITI

*Considerando che ognuno avrà la casa, e soprattutto il punto cambio, organizzata in maniera diversa solo voi potete trovare la soluzione ideale e più comoda.
Qua ci sono solo alcuni esempi per dare qualche spunto.*

- *Box di plastica rigida (55x40x20) in cui mettere i PL piegati o farciti*
- *Porta CD (Ikea) usando i vari ripiani per riporre i PL*
- *Fasciatoio con i cassetti, utile per i PL e per i cambi del bebè*
- *Carrellino Raskog (Ikea), con rotelline comode per spostarlo dove serve*
- *Rastrelliera porta scarpe morbida, così da poter sistemare i PL nelle tasche*

Insomma, potete sbizzarrirvi come più vi piace!

COVER DI LANA

La cover di lana non dev'essere lavata ogni volta che viene usata, ma può essere riutilizzata anche per diverse volte, fino oltre 1 mese (a meno ché non sia sporca).

Dopo che è stata usata, anche se leggermente umida, adagiatela in un luogo ventilato (ideale sarebbe all'aperto ma sempre all'ombra), la troverete, al termine della giornata, asciutta e priva di odore.

Quando si sporca, o al mattino è molto bagnata, oppure notate che puzza nonostante l'arieggiamiento prolungato, è giunto il momento di lavarla.

Verificate le indicazioni di lavaggio del produttore, ma indicativamente una routine di lavaggio della cover di lana si può lencare come segue:

- Lavare a mano o in lavatrice con programma lana con un goccio di detersivo delicato apposito per la lana, a temperatura 30-40 gradi e centrifuga delicatissima o, ancora meglio senza. Se lavate a mano attenzione alla temperatura dell'acqua che non deve superare i 30-40 gradi (considerando che la nostra temperatura corporea è 36-37 gradi circa, se percepite al tatto l'acqua calda significa che la sua temperatura è maggiore di 37 gradi e va lasciata raffreddare un po'). Anche i risciacqui vanno fatti con l'acqua alla stessa temperatura del lavaggio.

Lanolizzazione

- Preparate un bicchiere di acqua molto calda e aggiungete un quantitativo di lanolina pari a quella indicata dalla marca che avete scelto e fatela sciogliere.*
- Riempite una bacinella in grado di contenere la cover, con un quantitativo di acqua idoneo a tenerla in amollo (e al dosaggio della lanolina).*
- Versate l'acqua del bicchiere contenente la lanolina disciolta e mescolate bene e attendete un attimo finché la temperatura non raggiunge il valore giusto (alla stessa temperatura con cui l'avete lavata).*
- Immergete la cover di lana nel liquido (la parte che deve essere obbligatoriamente immersa è quella corrispondente alla zona del PL) e lasciatela 15-30 minuti (dipende dalle indicazioni sulla confezione).*
- Estraete la cover dall'acqua e schiacciatela leggermente per far uscire l'eccesso di acqua, eventualmente aiutandovi con un asciugamano (c'è chi dice che usando l'asciugamano si porta via anche un po' di lanolina, valutate se conviene usarlo anche per evitare tempi di asciugatura infiniti).*
- Adagiatela ad asciugare in posizione orizzontale lontana da fonti di calore, non al sole, in un luogo più ventilato possibile finché non sarà completamente asciutta.*

Perché usarla

La cover di lana presenta notevoli benefici usata con i PL.

La lana è un tessuto naturale.

La lana unita ad un buon trattamento con la lanolina è naturalmente antibatterica, anti-fungina e antimicrobica.

La lana fornisce un isolamento naturale in qualsiasi stagione poiché è traspirante e contribuisce a mantenere la temperatura corporea riducendo la temperatura all'interno del PL, contribuendo a ridurre le irritazioni.

Quando è lanolinizzata assorbe umidità pari a circa il 30% del suo peso senza far percepire la sensazione di bagnato al tocco.

In pratica oltre al PL che copre, anche la cover di lana assorbe l'umidità.

Ma se dal lato interno la cover di lana assorbe umidità, dal lato esterno la fa evaporare con il vantaggio di migliorare le capacità di assorbimento dei PL.

Per questo sue caratteristiche le cover in lana sono ideali per la notte, soprattutto per i bebè che fanno molta pipì, ma anche per i bebè che sono soggetti ad irritazioni.

Le cover di lana richiedono un po' di lavoro in più per la corretta manutenzione (lavaggio per non farla infeltrire e lanolinizzazione), ma ne vale la pena.

SENZA PANNOLINO, DOVE LI METTO?

Chi prima e chi dopo, tutti i bebè decidono di abbandonare il pannolino e quindi si deve decidere cosa fare con i PL che abbiamo usato.

Le opzioni sono 3:

- *Conservarli per un eventuale prossimo bebè.*
- *Venderli ammortizzando così parte della spesa e dandogli una seconda vita in un'altra famiglia.*
- *Cederli ad una Pannolinoteca.*

Le ultime due opzioni richiedono solamente di impegnarsi nella vendita o ricerca di una pannolinoteca, mentre la prima opzione di conservare i PL per un futuro figlio necessita di un'attenzione maggiore.

Conservare i PL

Se pensate di avere un altro figlio entro 1-2 anni al massimo, non ci sono accorgimenti speciali da adottare.

Lavate tutto bene come di routine, con un lavaggio lungo a 60 gradi e poi conservateli anche in un cassetto.

Se invece c'è la possibilità che i PL debbano essere conservati a lungo termine (2 o più anni) è meglio fare alcune valutazioni prima di decidere.

Il primo passo della procedura di stoccaggio a lungo termine dei PL è osservarli con attenzione per verificare la presenza di eventuali aloni o macchie, lo stato degli elastici e del PUL e del velcro.

Se avete intenzione di conservarli per un periodo molto lungo scartate subito i PL che mostrano segni di cedimento del PUL, la probabilità che arrivino integri al termine dello stoccaggio è molto bassa e magari preferireste destinarlo ad altri bebè (venderlo in condizioni ancora accettabili o regalarlo a chi ne ha bisogno) piuttosto che ritrovarvi un pannolino rovinato ed inutilizzabile tra diversi anni.

Anche gli elastici vanno considerati con attenzione poiché un lungo periodo di inutilizzo può aggravare una condizione non ottimale (possono diventare duri e fragili quindi rompersi facilmente usandoli dopo lo stoccaggio), quindi dovete decidere eventualmente se sostituirli prima di metterli via, rimandare a quando li riprenderete oppure destinarli ad altro.

Come secondo passaggio prima dello stoccaggio, i PL devono essere puliti adeguatamente facendo molta più attenzione del solito al tipo di detersivo usato (nessun additivo e nessun profumo).

Non devono assolutamente avere tracce di ammoniaca, detersivo (residui di detersivo possono rovinare gli elastici e le fibre sintetiche), profumo, deposito minerali (a causa dell'acqua dura).

Se dovete smacchiarli, fatelo prima del ciclo di lavaggio pre-stoccaggio.

Il ciclo di lavaggio potrebbe essere così:

- *un ciclo breve a 30-40 gradi senza detersivo (per eliminare più tracce di pipì prima del lavaggio)*
- *un lavaggio lungo a 60 gradi con detersivo (per pulirli come si deve dalla pipì)*
- *un lavaggio di media lunghezza a 60 gradi senza detersivo (per eliminare ogni possibile traccia di detersivo)*
- *un lavaggio breve a 40 gradi senza detersivo*

Farli asciugare preferibilmente al sole (li disinfetterà ed eliminerà le ultime macchie), lasciandoli anche un giorno intero perché devono assolutamente essere completamente asciutti oppure ammuffiranno durante lo stoccaggio.

Le cover di lana riponeteli pulite ma non lanolinizzate, racchiudetele in una federa di cotone, per evitare tarme potete aggiungere un po' di lavanda o legno di cedro (repellente naturale).

Quando sono asciutti preparateli per lo stoccaggio a lungo termine senza inserti, senza bottoncini attaccati e non chiusi (lasciateli aperti e stesi), per evitare il più possibile uno stress degli elastici.

Conservateli in scatole di plastica (preferibilmente acid-free) con coperchio, sono la soluzione migliore per la stoccaggio dei PL (ma anche dei vestiti per bebè e altri oggetti di tessuto che si vuole stoccare per diversi anni).

Per una maggiore sicurezza potete rivestire la scatola con del tessuto di cotone o inserire i PL dentro la federa di un cuscino 100% cotone (lavata con le stesse modalità dei PL), questo contribuirà a proteggere i tessuti se la scatola dovesse rilasciare sostanze chimiche dannose per i tessuti.

Sono da evitare i sacchetti sottovuoto poiché uno stoccaggio per un lungo periodo (+2 anni) sotto vuoto potrebbe danneggiare i PL.

La maggior parte delle fibre naturali ha bisogno di aria per mantenere la loro struttura e integrità, inoltre togliendo l'aria si comprimono i tessuti e le fibre ne "soffrono".

Non utilizzare sacchetti di plastica per lo stoccaggio, possono intrappolare l'umidità e contribuire all'ingiallimento dei tessuti.

Mentre le scatole di cartone non offrono una protezione adeguata contro insetti e animali indesiderati.

Porre la scatola in un luogo con il clima controllato come la camera da letto o in un armadio, preferibilmente al buio. L'ambiente non deve subire grandi sbalzi di temperatura o umidità (l'ottimale sarebbe non superare i 24 gradi e l'umidità al di sotto dei 55%) e la scatola non dev'essere esposta alla luce diretta del sole.

Evitate di conservarli in ambienti molto freddi (garage non riscaldati) o caldi (soffitte) o umidi (cantina).

Si consiglia di ispezionare almeno una volta l'anno la scatola e i PL per assicurarsi che tutto il deposito sia in condizioni ottimali (no insetti, no muffa e che siano arieggiati). Più a lungo termine dovete stoccare e più diventa importante farli respirare, quindi non dimenticateveli.

SOLUZIONI

Fuoriuscita di pipì

Una delle prime problematiche che si possono affrontare è quella delle fuoriuscite di pipì, il/la bimbo/a si bagna e può essere frustrante.

Può capitare quando si inizia ad usare i PL, magari perché dovete capire bene come metterli, oppure li state già usando da un po' e improvvisamente un assetto che ha sempre funzionato ora vi crea problemi, non tiene più il tempo come prima o addirittura si bagna alla prima pipì.

Le cause più probabili

Possiamo pensare a due cause principali:

- *farcitura errata (quando gli inserti sono zuppi)*
- *posizionamento errato (se gli inserti sono quasi asciutti)*

Cosa posso fare?

Se gli inserti sono saturi di pipì, dovete rivedere la farcitura aggiungendo inserti oppure passare a tessuti più assorbenti (potete riguarda nei punti sopra).

Se gli inserti sono quasi asciutti significa che la pipì ha trovato una "via di fuga" all'esterno prima che potesse essere assorbita.

Controllate che i resize siano chiusi in modo giusto in base al peso e soprattutto al fisico del/la bimbo/a, che il pannolino sia messo bene sull'inguine e che non vi siano "aperture" lungo le cosce.

Se avete già verificato che non ci siano punti in cui il pannolino non aderisce bene e da cui può essere uscita la pipì è probabile che l'inserto abbia perso la sua assorbienza; può essere a causa della presenza di uno strato di qualche sostanza che impedisce ai tessuti di assorbire come dovrebbero.

In questo caso si dice che il PL o l'inserto si sono "cerati".

Test di ceratura

Versate un piccolo quantitativo di acqua sull'inserto da testare. Con il dito applicate una piccola pressione sul liquido per mimare il peso del/la bimbo/a sul tessuto.

Se l'acqua penetra dentro il tessuto allora l'inserto assorbe come dovrebbe, se invece le gocce di liquido si spostano sul tessuto come se fossero perline di acqua allora l'inserto ha perso la sua assorbenza.

Lo stesso test lo potete usare per capire se lo strato interno di un pocket si è cerato, fatelo con un PL farcito, lo appoggiate ad una superficie e fate il test come con l'inserto.

Cosa provoca la “ceratura”?

Le cause possono essere diverse:

- *creme anti-arrossamenti*
- *accumulo di detersivo*
- *additivi nel lavaggio: ammorbidenti, sbiancanti.*

Come eliminare la ceratura?

Se la ceratura è dovuta creme anti-arrossamento si può provare con un lavaggio, a mano, “anti crema”.

- *In una bacinella d'acqua molto calda mettere 1-2 gocce di sapone per piatti (rimuove il grasso)*
- *Strofinare bene tra le mani la parte “incremata” così da far assorbire al meglio il detersivo*
- *Far riposare 40-60 minuti*
- *Risciacquare più volte e procedere con la propria routine di lavaggio*

Se non avete usato creme, il colpevole probabilmente è il detersivo e quindi è meglio procedere con un lavaggio specifico: lo “strippaggio”.

Strippaggio

È una procedura di lavaggio “extra”, fatta solo per eliminare l'accumulo di qualche sostanza nei PL, che gli impedisce di svolgere il loro normale lavoro.

Non è la routine

Non bisogna fare troppe volte lo strippaggio perché toglie un po' di “vita” ai PL perché i tessuti sono garantiti per un certo numero di lavaggi e se ne facciamo il doppio i tessuti si rovineranno in metà tempo.

È poco ecologico perché questo procedimento prevede vari lavaggi consecutivi rispetto alla normale routine.

Se si trova la giusta routine di lavaggio e tutto funziona al meglio, potrete non doverlo mai fare questo passaggio extra.

Se invece dovete farlo spesso dovete assolutamente cercare di capire qual è il punto “debole” della routine che vi crea il problema e che va cambiato.

Pulizia della lavatrice

Prima di passare allo strippaggio, se non lo fate da molto tempo, è meglio fare una bella pulizia della lavatrice:

- *guarnizioni e cassetto dei detersivi: verificate che non siano presenti muffe o residui di detersivo (capita).*
- *lavaggio a vuoto a 90° con 150 grammi di acido citrico in polvere nella pallina dentro il cestello per levare ogni traccia di detersivo/ammorbidente/calcare anche dal cestello.*

Acqua

Altro punto molto importante perché lo strippaggio abbia successo è che i lavaggi siano fatti con acqua a sufficienza (devono vedersi dall'oblò 2-3 dita di acqua), solo così questa procedura può risultare efficace e magari farvi vedere della schiuma mai vista prima.

Se la vostra lavatrice non ha un programma per caricare più acqua, potete farlo manualmente dal cassetto nello spazio per il detersivo (ci vuole tanta pazienza), senza ovviamente esagerare.

Procedimento strippaggio

Fate partire un lavaggio molto lungo (in base ai programmi della vostra lavatrice) a 60° senza detersivo (aggiungete un “sequestrante” se avete l’acqua molto dura in casa) con abbondante acqua.

Più o meno dopo 50-60 minuti dall’inizio del ciclo mettete in pausa la lavatrice.

Lasciate i PL in amollo per circa 1 ora.

Al termine dell’ammollo fate ripartire il programma e lasciatelo proseguire fino alla fine.

Se la vostra lavatrice non permette di riprendere il programma dove lo avevate fermato, riprogrammate lo stesso programma dall’inizio facendolo proseguire fino alla fine.

Ultimo risciacquo

Se non è apparsa schiuma nell’ultimo risciacquo, segno di accumulo di detersivo, potete concludere il processo di strippaggio... altrimenti ripetete il procedimento.

Se potete, fate asciugare i PL al sole il più possibile (è uno smacchiante e sbiancante naturale).

Azioni estreme

Se la situazione non migliora possiamo ricorrere ad azioni “estreme”:

- *cotone (solo inserti, non parti che contengono PUL), si può tenere in amollo per 5 minuti in acqua bollente.*

- bambù, si può provare un ammollo più lungo sempre in acqua molto calda.
- micro-fibra si può fare un piccolo lavaggio a mano in acqua e 1 tazzina di candeggina, poi vanno risciacquati benissimo per eliminare ogni traccia. (L'uso della candeggina è da considerarsi proprio come ultima spiaggia).

Odori

Può capitare che si senta un odore sgradevole o “diverso” provenire dai PL: qualcosa non va.

Cerchiamo di capire cosa può causarlo e di risolvere il problema.

Odore di urina/ammoniaca sui PL dopo l'utilizzo

La pipì contiene urea e quando viene depositata nel PL si trasforma pian piano in ammoniaca che è la responsabile dell'odore.

Lo si riscontra più facilmente nel pannolino notturno perché è stato indossato per 8-10 ore di fila.

Cosa fare?

Nulla, un certo grado di odore è normale perché quel PL è stato usato e contiene pipì. In alcuni periodi questo odore può diventare più forte a causa di variazioni che avvengono nel contenuto della pipì.

Se l'unica problematica è l'odore non preoccupatevi, ma prestate attenzione che non ci siano associati anche arrossamenti.

Odore di ammoniaca sui PL appena lavati

La causa più probabile è la presenza di detersivo “intrappolato” nelle fibre dei PL. Tessuti sintetici (pile e micro-fibra) sono più portati ad accumulare detersivo rispetto alle fibre naturali (cotone, bambù o canapa).

Le particelle di residui trattengono gli odori e fanno puzzare i PL e/o inserti e possono anche cambiare un po' il colore (giallicci o grigio).

Cosa provoca i residui di detersivo

- Acqua dura
- Acqua non abbastanza calda nel lavaggio.
- Poca acqua durante il lavaggio e/o il risciacquo.
- Troppo detersivo/detersivo troppo schiumogeno

Cosa fare?

Procedete con lo strippaggio (di cui abbiamo già parlato) e verificare la routine di lavaggio.

Odore di stalla/pesce/marcio sui PL appena puliti o iniziano a puzzare di ammoniaca già dopo la prima pipì

La causa più probabile è la presenza di residui di ammoniaca nei PL.

Nei casi persistenti potrebbe essere aggravata da proliferazione batterica (alcuni tipi di batteri velocizza e aumenta la conversione di urea depositata nei PL in ammoniaca responsabile dell'odore).

Spesso lo si avverte prima nei PL usati per la notte poiché accumulano un quantitativo maggiore di pipì essendo indossati anche per 8-10 ore.

Cosa potrebbe provocare residui di ammoniaca

- *Non effettuare il risciacquo dei PL sporchi prima del lavaggio (se non facciamo il risciacquo iniziale, laviamo i PL ancora intrisi di pipì e questo non aiuta la pulizia).*
- *Poca acqua durante il lavaggio (il detersivo non riesce a raggiungere bene tutto il bucato).*
- *Acqua non abbastanza calda.*
- *Poco detersivo: se si usa troppo poco detersivo l'urina non viene completamente eliminata quindi qualcosa resta nel tessuto dopo il lavaggio e si accumula.*
- *Acqua dura: l'acqua dura è un'acqua molto ricca di sali e la presenza di questi minerali riduce la capacità del detersivo di penetrare bene nelle fibre per pulirle e quindi ne serve di più per fare lo stesso lavoro che farebbe in acqua dolce.*

Cosa fare?

Procedete con lo strippaggio (di cui abbiamo già parlato) e verificare la routine di lavaggio.

Dopo lo strippaggio

- *fai il risciacquo prima del lavaggio per eliminare la pipì dai PL prima del lavaggio vero e proprio. Se la lavatrice non ha un programma risciacquo puoi usare un lavaggio breve o un risciacquo a mano prima di metterli in lavatrice per il lavaggio.*
- *se lavi a 40° passa ad un lavaggio a 60°, potrebbe aiutare*
- *il ciclo di lavaggio vero e proprio dovrebbe durare almeno da 60 a 100 min, senza contare il risciacquo iniziale e quelli extra.*
- *se usi 1/3 della quantità di detersivo consigliato dal produttore per l'acqua che hai prova ad aggiungere un additivo addolcente durante il lavaggio (se l'acqua è davvero molto dura andrebbe usato anche con i risciacqui per evitare l'accumulo di minerali nei tessuti).*

Arrossamenti e Irritazioni

Vi sarà capitato almeno una volta di trovare il sederino del/la vostro/a bimbo/a arrossato.

Si tratta di “irritazioni da pannolino” cioè alterazioni della pelle nella zona a contatto con il pannolino (che sia PL o U&G), che vanno da piccole aree di arrossamento a vesciche, brufoletti o altre ferite.

> Le indicazioni generali che trovate qui per prevenire o attenuare arrossamenti e irritazioni, NON sono da considerarsi in NESSUN modo indicazioni a carattere medico e dovete SEMPRE consultare il/la vostro/a pediatra per un controllo <

Prevenire

Per avere il meno possibile arrossamenti ci sono alcune semplici regole da poter seguire (valide sia per PL che per U&G):

- Non lasciare il/la bimbo/a troppo a lungo con un pannolino addosso bagnato.
- Cambiate subito il/la bimbo/a se ha fatto la pipì.
- Al cambio lavate il/la bimbo/a con acqua tiepida con o senza poco sapone avendo l'accortezza di tamponare la parte da asciugare e non di strofinare.
- Fate asciugare bene la pelle dopo averla lavata, sarebbe ideale aspettare qualche minuto lasciando il/la bimbo/a “all'aria” prima di mettere un pannolino pulito.
- Evitate saponi profumati e salviette che contengono alcool o profumi (si possono usare quelle ad acqua).

Cosa fare?

Se vedete un accenno di arrossamento, non aspettate e agite subito prima che la situazione peggiori.

La migliore “cura” di un’irritazione è un culetto pulito e asciutto:

- cambiate più spesso il/la bimbo/a e tenetelo/a il più possibile senza pannolino, l'aria velocizza la guarigione.
- non usate sempre il sapone ma solo se la pipì è molto appiccicosa, usate un detergente delicato e lavate delicatamente la parte interessata, lasciate asciugare bene prima di mettere un nuovo pannolino.
- prima di mettere il nuovo pannolino utilizzate qualche lenitivo o crema per aiutare la pelle a tornare alla normalità.

Soluzioni lenitive

Provate ad usare qualche alternativa alle creme industriali:

- olio di oliva, olio di calendula, olio di iperico.

- *fecola di patate o amido di riso o amido di mais da spolverare sul sederino al posto del talco prima di chiudere il pannolino. Sono soluzioni efficaci e alla portata di tutte/i.*
- *una “pasta” fatta mescolando insieme fecola/amido e olio di oliva da applicare sull’irritazione.*
- *se allattate al seno potete applicare un goccio di latte materno sull’irritazione e lasciare asciugare all’aria.*
- *Aloe Vera*
- *Burro di karitè*

Queste soluzioni sono tutte testate per la loro efficacia e sicure per i PL (anche se è meglio comunque usare un velino per sicurezza).

Se l’uso di questi lenitivi non attenuano la situazione nel giro di 1-2 giorni, si può provare a passare a creme apposite per le irritazioni da pannolino.

Creme protettive

Si tratta di creme create appositamente per creare una barriera tra la pelle e il pannolino e per questo motivo sono molto dense per cui è obbligatorio usare sempre un velino lavabile o un velino U&G per impedire il contatto diretto della crema con il PL. Creme o lozioni per la cura dell’irritazione devono essere sempre applicate sulla pelle asciutta, mi raccomando.

Per trovare quella adatta al vostro problema bisogna consultare il/la pediatra, non andate a tentativi perché ogni bimbo/a è diverso/a.

Un altro suggerimento è quello di chiudere il pannolino leggermente largo finché non si risolve l’irritazione.

Capire le cause

Cerchiamo di capire quali possono essere le cause dell’irritazione o arrossamento.

Il prolungato contatto della pelle con il bagnato o il pannolino sporco è la causa più comune di irritazione da pannolino.

Ogni bambino/a è diverso/a e alcuni bambini sono più sensibili di altri al bagnato che, come ben sappiamo, non è semplice acqua.

Di solito la notte si sospende il cambio e il pannolino viene indossato dal/la bimbo/a anche 8-10-12 ore, non il massimo della vita per la pelle (ma lo facciamo tutte/i).

Per prevenire irritazioni notturne si può spolverare un po’ di fecola da cucina o amido di riso, sulla pelle nella zona del pannolino prima di chiuderlo, questo permetterà di assorbire l’umidità mantenendo la pelle più asciutta senza nessun pericolo per i PL.

Ci sono bambini/e con pelle molto sensibile e non tollerano per nulla il contatto con il bagnato e si arrossano immediatamente e questo può succedere soprattutto con PL in tessuto naturale (cotone, bambù, canapa) che lasciano il bagnato a contatto.

In questo caso è meglio utilizzare un velino di tessuto “stay dry” (micropile, suede, minkee, coolmax) per mantenere più asciutta possibile la pelle tra un cambio e l’altro. Per provare a risolvere la situazione potete seguire le indicazioni generali per la cura di un’irritazione da pannolino e, ovviamente, consultare il medico.

Variazioni di pH dell’urina o delle feci

Ci sono dei momenti in cui la pipì cambia la sua composizione e diventa più irritante per la pelle.

Primo tra tutti è il caso del periodo della dentizione.

In questa fase l’urina contiene più urea e quindi più ammoniaca del solito.

Dato che l’ammoniaca ha un pH 10.5, tende a creare nel pannolino un’ambiente caustico che, sulla pelle, provoca prima irritazione fino a delle vere e proprie “bruciatura”.

In queste situazioni, bimbi e bimbe che normalmente non hanno problemi a contatto con l’umido si ritrovano ad avere delle aree di irritazione, solitamente molto arrossate e dolorose al tatto.

Questo si può verificarsi anche in seguito all’introduzione di nuovi alimenti oppure in seguito a malattie, come la diarrea.

Anche qui si può provare a risolvere la situazione seguendo le indicazioni generali per la cura dell’irritazione e come sempre rivolgersi al/la pediatra per qualche consiglio (soprattutto se si prolunga la situazione)

Sostanze irritanti esterne

Alcune volte sono esterne le cause delle irritazioni e arrossamenti, per esempio:

- *Saponi, salviette profumate ed altri prodotti per l’igiene e la cura del corpo dei bambini possono irritare la pelle (verificate sempre la composizione di ciò che comprate).*
- *Residui di detersivo o ammoniaca nei tessuti del PL possono irritare la pelle, solitamente i PL in questa situazione odorano in modo diverso dal solito, anche solo dopo una pipì. Se è questo il caso, è necessario provvedere allo strippaggio dei PL e magari rivedere la routine di lavaggio.*
- *Sensibilità al contatto con i tessuti sintetici (minkee, pile, suede), in questo caso il problema si risolve passando a tessuti naturali (cotone, canapa, bambù) a contatto con la pelle.*
- *Micro-fibra messa a contatto diretto con la pelle (asciuga troppo la pelle e la irrita).*

Per provare a risolvere la situazione bisogna cercare di trovare e rimuovere la causa che l’ha provocata e poi seguire le indicazioni generali per la cura di un’irritazione da pannolino, contattando sempre il medico per dubbi e bisogni.

Pannolino troppo stretto e sfregamento

PL troppo stretto, velcro esposto o bordi del PL che sfregano sulla pelle possono creare irritazioni da contatto intorno alle cosce o in vita per via dei movimenti del/la bambino/a.

Controllate sempre bene quando fate indossare il PL ai vostri piccoli; se è troppo stretto o ci sono punti dove sfrega.

Eliminando la causa dello sfregamento il rossore sparisce nel giro di qualche ora.

Candida

In alcuni casi la dermatite da pannolino è causata, o meglio complicata, da un fungo chiamato “Candida Albicans” (comunemente chiamata Candida) che apprezza le zone calde e umide come il sederino chiuso nel pannolino del/la vostro/a bimbo/a.

Se il/la bimbo/a ha appena fatto una cura antibiotica e sviluppa un’irritazione potrebbe essere, appunto, la Candida.

Se il/la bimbo/a ha un’irritazione che non migliora in nessun modo entro 2-3 giorni, nonostante le vostre accortezze, anche qui potrebbe essere la Candida.

Se sospettate che sia la Candida a dar fastidio al/la vostro/a bimbo/a non aspettate troppo e rivolgetevi subito al/la pediatra per fare una visita di controllo e capire di che natura è l’irritazione e per farvi indicare la cura migliore nel vostro caso.

Se il/la pediatra vi ha consigliato delle creme specifiche contro le irritazioni o la Candida, ricordatevi di mettere sempre 1-2 velini di micropile (o altro tessuto drenante) per impedire il contatto della crema con il PL che potrebbe cernerlo e ridurne l’assorbenza.

Come lavare i PL in caso di Candida

Considerate che questo fungo può trovarsi a vivere nei PL e inserti prima di creare sintomi sul/la bimbo/a e può trovarsi ancora lì anche dopo che l’irritazione è sparita dalla pelle portando ad una re-infezione.

Per questo è fondamentale sanificare tutti i tessuti entrati in contatto con la zona coinvolta (PL, velini lavabili, salviette lavabili, asciugamani, teli per il fasciatoio, wet bag, etc) e continuare a sanificare per circa 5-10 giorni dopo la scomparsa del problema.

Il lavaggio a 60° è in grado di uccidere i funghi in “fase vitale”.

Non ci sono conferme che il percarbonato sia in grado di uccidere la Candida ma aggiungerlo al lavaggio aiuta a disinfeccare ed eliminare eventuali altri batteri che potrebbero essere presenti sui PL.

Se avete l’asciugatrice, fate fare un giro ai PL alla temperatura massima ammessa dai PL che avete.

Le spore

Come sappiamo, la *Candida* vive normalmente nel nostro corpo (la troviamo nell'apparato digerente e nel tratto vaginale delle donne) e di conseguenza può venirsi a trovare anche nella pelle della zona pannolino senza arrecare nessun danno.

È solo quando viene alterato l'equilibrio interno che scatta la riproduzione massiccia della *Candida* che porta all'infezione.

Se li avete nel vostro Parco Pannolini, potete prediligere i prefold in cotone che potete anche lavare facendoli bollire per 10 minuti ed eliminare così ogni spora che potrebbe essere sopravvissuta (se lo ritenete opportuno).

Se avete altri tipi di PL che non "sopportano" temperature superiori a 60° potete usare al posto del velino in pile, un telino di cotone più spesso che copra il più possibile l'interno del PL stesso.

I PL andranno comunque trattati come detto prima, ma avranno avuto una zona di esposizione alla *Candida* minore e il telino di cotone potrete bollirlo tranquillamente per 10 minuti (sempre se lo ritenete opportuno).

Alcune pagine su internet suggeriscono di usare la candeggina ma ricordiamo che, pur essendo un buon disinettante, essa può rovinare I tessuti e ridurne la vita e che uccide la *Candida* ma non le sue spore.

Se decidete di usare comunque la candeggina è bene ricordare che: - va usata dopo aver fatto il solito lavaggio di routine perché la presenza di fuci può inattivare le sue proprietà disinettanti (quindi rendere del tutto inutile il suo uso).

- su pieghevoli, fitted e inserti dei pocket si può usare senza grossi problemi (sui gusci dei pocket o aio sarebbe meglio non usarla, in caso cercate di contattare il produttore per assicurarsi che la candeggina non danneggi il PL) ma non aggiungere più di 30 ml per ogni lavatrice a carica frontale (non va usata regolarmente perché deteriora lentamente i PL e li rende inutilizzabili)
- Non tenete i PL in amollo con la candeggina.
- Fate sempre uno o più risciacqui extra dopo aver usato la candeggina sui vostri PL.

VOCABOLARIO

PL: *Pannolino Lavabile*

AIO: *All in One*, una tipologia di PL

AI2: *All in Two*, una tipologia di PL

APLIX: un tipo di velcro.

A TAGLIE: si riferisce ad un PL che si trova in diverse taglie (small, medium, large e a volte anche XL) e non è solo taglia unica.

BOOSTER: un piccolo inserto con pochi strati da usare come "rinforzo" per l'assorbienza.

BB: una sigla abbreviata per i PL di marca Blueberry.

BG: una sigla abbreviata per i PL di marca bumGenius.

COVER: una mutandina copri pannolino

COOLMAX: è un tessuto in fibra di poliestere

DELAMINAZIONE: le cover in tessuto sintetico sono rese impermeabile grazie alla presenza di una lamina di poliuretano applicata su un tessuto ed è proprio questa lamina che lo rende impermeabile.

In seguito alla normale usura che avviene nel tempo o all'uso inadeguato (lavaggio non corretto, asciugatura non idonea, etc.) la laminatura può iniziare a staccarsi e la cover perde la sua impermeabilità quando lo strato stesso si rompe.

Se questo accada su PL nuovi, contattate il rivenditore o il produttore perché probabilmente si tratta di un lotto fallato e va segnalato (oltre che ricevere un cambio/rimborso).

DOPPIA BARRIERA: la caratteristica di alcuni modelli di PL che sul giro-coscia non hanno un solo elastico ma una fila in più di elastici che dovrebbero aiutare contro le fuoriuscite.

FITTED: una tipologia di PL

GUSCIO: di solito è il pocket senza inserti, ma può essere usato anche per indicare le cover degli AI2.

IBRIDO: se riferito ad un AI2 intende un PL in cui si possono usare sia gli inserti lavabili sia gli inserti U&G.

Se invece è riferito ad un Fitted si intende che all'interno c'è uno strato di pile che ha la funzione di aumentare l'impermeabilità del Fitted stesso.

INSERTO: un pezzo di tessuto cucito in diversi strati che va usato come parte assorbente di un PL, come dentro i pocket o attaccato agli AI2 o nei Fitted.

Gli inserti possono essere di diverse forme: rettangolare della dimensione del PL oppure lungo da poter ripiegare o quadrato sempre da ripiegare, o ancora sagomato.

Può essere di micro-fibra, di cotone, di bambù o canapa oppure a strati misti di questi tessuti.

LANOLINA/LANOLIZZAZIONE: con i PL si possono usare cover in lana che sono più traspiranti ma che necessitano di un trattamento per essere più impermeabili.

Questo trattamento si chiama Lanolinizzazione e consiste nell'immagazzinare la cover in acqua e Lanolina, con un procedimento adatto.

La Lanolina è una cera naturale prodotta dalla lana delle pecore con la funzione di renderle più impermeabili alla pioggia.

LONGIES: si tratta di una cover, lana o pile, con l'aspetto di un pantalone che copre sia il PL che le gambe intere fino al piede (è un'ottima alternativa per l'inverno, anche al posto dei pantaloni del pigiama di notte).

MINKEE/MINKY: è un tessuto sintetico molto morbido, come un peluche.

È usato come esterno dei PL, come velini e in alcuni casi, lavorato in maniera diversa, anche come inserto.

MUSLIN: una tipologia di PL.

NON SBIANCATO: è un tessuto che non è stato sottoposto a procedimento per renderlo più bianco e solitamente ha un colore cachi o beige.

OS: One Size, Taglia Unica.

POCKET: una tipologia di PL.

PREFOLD: una tipologia di PL.

PUL: Poliuretano Laminato, uno dei più diffusi materiali per rendere impermeabile i PL e lo si trova nelle cover, AIO, AI2 e Pocket.

SERGED: indica un pannolino in cui i bordi della cucitura sono esposti e si vede la cucitura generalmente fatta con la taglia&cuci, ed hanno un aspetto “arricciato”. Questo tipo di cucitura viene usata in molti Fitted.

SHORTIES: è una cover in lana o pile, con l'aspetto di un pantaloncino corto.

SNAPPI: un piccolo strumento in plastica a forma di “T” per tenere fermi pannolini pieghevoli.

STAY DRY: è un termine inglese per indicare un tessuto ad effetto “asciutto”, utilizzato per ridurre la sensazione di bagnato a contatto con la pelle.

STRIPPAGGIO: una procedura di lavaggio “extra” da fare in situazione di emergenza quando ci sono problemi con i PL.

SUEDE: è un tessuto sintetico, ha funzione drenante e non assorbente, usato per l'interno di Pocket o sopra gli inserti che vanno a contatto con la pelle o per velini.

In questo modo crea un effetto asciutto a contatto con la pelle (stay dry).

TPU: Poliuretano Termoplastico, meno diffuso del PUL, ha la stessa funzione di rendere impermeabile il PL ma viene creato con un metodo che non utilizza sostanze chimiche.

TRAINER: una tipologia di PL usata solitamente in fase di spannolinamento.

Ha la forma della classica mutandina in modo che possa essere tirata su e giù, in alcuni modelli sono presenti anche i bottoncini laterali per facilitare lo svestimento.

Può essere in unico pezzo oppure con inserti da aggiungere ad una mutandina apposita (un po' in stile Pocket).

TRIFOLD: è un tipo di inserto solitamente di forma quadrata che va ripiegato in 3 prima di essere usato.

Ha il vantaggio, una volta ripiegato, di fornire più strati assorbenti e, aperto, di essere più sottile e quindi asciugare più rapidamente.

TU: taglia unica

TURNED & TOPSTITCHED: indica un pannolino in cui le cuciture sono interne e nascoste quindi il bordo non presenta fili a vista.

U&G: usa e getta.

VELINI: sono velini semitrasparenti da usare come cattura pipì, per proteggere il PL quando si usano delle creme oppure anche per fornire una maggiore sensazione di asciutto.

Possono essere di cellulosa (U&G si possono lavare qualche volta se sporchi solo di pipì) oppure lavabili (pile, suede, coolmax, minkee).

VELOUR: è un tessuto morbido dalla superficie pelosetta, simile al velluto.

WRAP: un altro termine per indicare la cover o le mutandine copri pannolino.

WET BAG: una sacca di diverse dimensioni, impermeabile, usata per conservare i PL e i velini sporchi in attesa del lavaggio.

Ha il vantaggio di poter essere lavata insieme ai PL, risparmiando acqua e detersivo.

Nella versione più piccola è comoda per le uscite, senza sprecare sacchetti in plastica.