

La borsa *della spesa*

# bas

Periodico  
dell'Associazione  
consumatrici  
e consumatori  
della Svizzera italiana

Anno XXXVII  
Nr. 5  
Agosto 2011  
Fr. 5.-

**TEST: DEODORANTI SPRAY  
PROMESSE MANTENUTE**

**SUCCESSO DEI CONSUMATORI  
SPARITI GLI AZOCOLORANTI**

**PIÙ TRASPARENZA  
SULLE CASSE PENSIONI**

**GUIDA DEL BEBÈ  
CONSIGLI PER I PRIMI ANNI**



<b>Editoriale</b>	Motori (a scoppio) e rumore	<b>3</b>
<b>La posta</b>	Miele: preferite le confezioni sigillate	<b>4</b>
	Casse malati e "terzo garante"	<b>4</b>
	Swisscom TV: la lingua italiana penalizzata	<b>5</b>
<b>Test</b>	Deodoranti spray: promesse mantenute	<b>6</b>
	Epilatori a luce pulsata	<b>11</b>
<b>Test flash</b>	Aceto balsamico di Modena	<b>10</b>
<b>Guide</b>	La guida del bebè	<b>13</b>
<b>Attualità</b>	Etichetta Energia per le automobili	<b>21</b>
	Batterio killer e verdura al macero	<b>28</b>
<b>Doppioclick</b>	eBook, comodi ma incompatibili	<b>21</b>
<b>Salute</b>	Prodotti chimici: attenzione ai simboli	<b>22</b>
<b>Società</b>	Più trasparenza sulle casse pensioni	<b>24</b>
	Migliore informazione sul 2° pilastro	<b>24</b>
<b>Verde vert grün</b>	Val di Fex	<b>26</b>
<b>Alimentazione</b>	Spariti gli azocoloranti	<b>27</b>
<b>Animali</b>	Per il trasporto box fissi più sicuri	<b>29</b>
<b>Varia</b>	Gioca con noi	<b>30</b>

### La borsa della spesa

È il periodico d'informazione dell'Associazione Consumatrici e Consumatori della Svizzera Italiana (ACSI). La rivista è indipendente e non contiene nessun tipo di pubblicità, una precisa scelta dell'associazione che ha lo scopo di garantire la trasparenza, l'obiettività dei giudizi e il rifiuto di ogni forma di condizionamento. La riproduzione di articoli per scopi non pubblicitari è autorizzata, con l'indicazione della fonte e l'invio di una copia giustificativa all'ACSI.

### I test comparativi

su beni di consumo, servizi pubblici e privati, prodotti finanziari e assicurativi, ecc. sono l'altro elemento che contraddistingue il periodico: le regole e i metodi dei test comparativi svolti a livello europeo sono coordinati dall'International Consumer Research and Testing, un organismo indipendente che raggruppa le principali associazioni di consumatori. Sul piano nazionale, i test vengono coordinati e svolti in collaborazione con la Federazione romana dei consumatori (FRC). Per queste ragioni, l'ACSI vieta espressamente la riproduzione anche parziale degli articoli e dei risultati dei test per fini commerciali o pubblicitari.

### L'ACSI

è un'associazione senza scopo di lucro fondata nel 1974 che conta oggi oltre 9'000 soci attivi. L'ACSI, in piena autonomia e indipendenza, si pone come scopo l'informazione, la difesa e la rappresentanza dei consumatori e delle consumatrici presso produttori e fornitori di beni e servizi, enti o istituzioni pubbliche.

I servizi dell'ACSI sono:

- l'Infoconsumi
- la Consulenza alimentare
- la Consulenza casse malati e pazienti
- la Consulenza contabilità domestica
- i Mercatini dell'usato
- lo Scambio dell'usato.

### Uscite BdS 2011

- 1 - inizio febbraio
- 2 - metà marzo
- 3 - inizio maggio
- 4 - metà giugno
- 5 - inizio agosto
- 6 - metà settembre
- 7 - inizio novembre
- 8 - metà dicembre

**Leggi la BdS online su**  
**www.acsi.ch**

**con il codice di agosto:**  
**QM4Z2**

### La borsa della spesa

Organo di informazione dell'Associazione Consumatrici e Consumatori della Svizzera Italiana

Esce 8 volte all'anno  
Quota sociale fr. 40.-  
E-MAIL: bds@acsi.ch

EDITORE: ACSI

REDATTRICE RESPONSABILE:  
Laura Bottani-Villa

IN REDAZIONE:  
Ivana Caldelari Magaton

CONCETTO GRAFICO:  
Marcello Coray

HANNO COLLABORATO  
A QUESTO NUMERO:  
Mario Jäggi  
Laura Regazzoni Meli  
Katya Schober  
Fabrizia Sormani  
Tatiana Ferrari  
Silvano Toppi  
Paolo Attivissimo  
Giuseppe Valli

STAMPA:  
TBS, La Buona Stampa sa  
6963 Pregassona

TIRATURA: 10'000 copie

CARTA:  
Cyclus Print, riciclata  
bianca 80gm<sup>2</sup>

FOTO DI COPERTINA:  
Deodoranti  
Foto Sedrik Nemeth



Associazione consumatrici  
e consumatori della Svizzera italiana

PRESIDENTE:  
Mario Jäggi  
SEGRETARIA GENERALE:  
Laura Regazzoni Meli

SEGRETARIA  
AMMINISTRATIVA:  
Fabrizia Sormani

SEDE:  
Stabile amministrativo  
via Polar 46, c.p.165  
6932 Breganzona  
tel. 091 922 97 55  
fax 091 922 04 71  
E-MAIL: acsi@acsi.ch  
ccp 69-4470-1



Mario Jäggi  
presidente ACSI

## Motori (a scoppio) e rumore

Li abbiamo voluti. Sono in ogni autoveicolo. Quasi uno a testa. Ci hanno invaso e ora ci soffocano con i loro scappamenti malsani, inquinano l'atmosfera con la loro CO<sub>2</sub> e ci logorano orecchie e nervi con il loro sordo rombare.

L'Ufficio federale dell'ambiente informa che circa 1.3 milioni di svizzeri soffrono per eccesso di rumore. Rumore che in parte preponderante è prodotto dal traffico stradale (motori a scoppio). Queste emissioni genererebbero ogni anno costi sanitari dell'ordine del miliardo di franchi in quanto fattori di stress e causa di disturbi del sonno. Danni che, avverte l'UFA, sono spesso sottostimati. Si calcola inoltre che ogni decibel di rumore in più riduca dell'1% il valore degli immobili e cioè delle nostre case.

E' giusto e responsabile mettere l'accento sui danni causati dai gas di scarico del traffico sull'ambiente e sul clima. Ma a differenza di quello della CO<sub>2</sub> che è un problema globale e per il quale i nostri sforzi vengono in parte vanificati dall'arroganza inquinatrice di certi grossi paesi (ad esempio Cina e USA), quello del rumore emesso dai veicoli a motore (come quello dei gas nocivi) è essenzialmente di portata locale. Meno rumore produciamo meno danni subiamo. Causa e effetti immediati e in loco dunque.

Per l'importanza e l'attuale indispensabilità dei trasporti motorizzati difficilmente, almeno a breve termine, potranno essere imposte misure per ridurre massicciamente il livello medio dei rumori a cui siamo esposti. Questo rumore, di cui siamo responsabili tutti, è direttamente legato al nostro livello di sviluppo ed è pertanto fatalisticamente accettato e considerato come un male inevitabile. L'unica via che ci si offre per contrastarlo è quella di prediligere i mezzi pubblici (cosa non facile per tutti) e soprattutto di votare e sostenere quelle organizzazioni o quei partiti che si impegnano a favore di una vera qualità di vita esercitando forti pressioni sui "decideurs" e sui costruttori di autoveicoli.

Ma fastidiosi problemi di rumore possono porsi anche a quei restanti 6.5 milioni di cittadini che hanno la fortuna di abitare in zone con livelli medi di decibel accettabili. Che dire ad esempio del motociclista che alle due di notte, smanettando a balla, sveglia tutti coloro che abitano lungo il suo percorso (con le inevitabili ore di sonno perse per chi ha difficoltà a riaddormentarsi)? O del business-jet, con magari un solo passeggero a bordo, che alzandosi in volo disturba tutta l'area sorvolata a bassa quota costringendo chi ci vive a dover interrompere momentaneamente le conversazioni o ad alzare il volume della TV? O del fuoribordo che di domenica, giorno biblico del riposo, passa e ripassa turbando la quiete di chi, sulle rive di un lago, si gode in pace il sole o la frescura?

In questi casi il rumore è assolutamente gratuito perché generato da pochi unicamente per il comodo loro o divertimento. A danno della quiete, del sonno e dei nervi di molti, che queste possibilità e mezzi (in questo caso per fortuna) nemmeno li hanno. Perché la Svizzera, paese turistico e assai sensibile alla protezione ambientale, già che ha avuto il buon senso di vietare sul suo territorio il volo degli ultra-light (l'aviazione sportiva bon marché), non può spingersi oltre estendendolo agli aerei ed elicotteri a utilizzo privato? E ancora: perché il Ticino, che non trova soluzioni al calo di attrattività turistica, non ha il coraggio di proporsi quale "cantone della quiete" adottando misure restrittive verso tutto ciò che fa rumore? Consentendo ad esempio ai soli battelli di linea la navigazione a motore sui laghi e limitando a pochissime zone geografiche l'esercizio di sport motorizzati e rumorosi.

Questo è il mio ultimo articolo in qualità di presidente ACSI. Mi congedo da voi, lettrici e lettori, salutandovi con viva cordialità e gratitudine.

## Miele: preferite le confezioni con chiusura sigillata

*Da tanti anni mi occupo di apicoltura. Vendiamo il miele, oltre che a molti privati, anche a diversi negozi e mercati. Oltre alla qualità del prodotto, cerchiamo di presentarlo in modo serio dal lato igienico vendendolo in vasi sigillati che non si possono aprire senza rompere il sigillo di garanzia della qualità. Purtroppo constatiamo che in Ticino questa prassi non è da tutti rispettata e in diversi mercati (esempio Bellinzona) e supermercati si vende miele ticinese in vasi che tutti possono aprire e richiudere senza problemi. Questo sistema ottocentesco è tollerato solo in Ticino. Abbiamo sollevato il problema in diverse assemblee della società ticinese di apicoltura ma senza successo perchè, si dice, che manca la base legale per farlo rispettare. Ma se in tutta l'Europa il miele viene venduto in vasi sigillati, perchè solo in Ticino si continua a non rispettare un minimo di igiene permettendo ai male intenzionati (è già stato costatato) di aprire i recipienti, assaggiare il miele e poi richiuderli senza problemi? L'ACSI non può intervenire e chiedere l'introduzione di un obbligo?*

*E.S.-Medeglia*

L'obbligo esiste già! L'Ordinanza federale sulle derrate alimentari (ODerr) al cap. 1, art.2, lettera g, definisce la "derrata alimentare preimballata" in questo modo: "derrata alimentare confezionata o imballata prima della consegna e consegnata a consumatori o a ristoranti, grandi cucine, mense aziendali o stabilimenti analoghi e che non può essere modificata senza aprire o modificare la confezione o l'imballaggio"...

Le confezioni di miele sono da considerarsi in questo senso "preimballate". Sebbene l'articolo di legge non sia molto chiaro, il Laboratorio cantonale lo interpreta come obbligo di disporre, anche per il miele, di un contenitore chiuso e sigillato per poter essere commercializzato. L'obbligo, quindi c'è e anche i produttori di miele lo devono rispettare. Da un nostro controllo in due grandi magazzini abbiamo verificato che questo obbligo è generalmente rispettato, con un'unica eccezione: un prodotto bio nell'assortimento Manor non è sigillato ed è facilmente apribile.. La situazione è forse più critica nei mercati.

Consiglio ACSI: non acquistate prodotti confezionati che non siano sigillati o la cui chiusura non sia garantita in qualche modo, a meno che non acquistiate direttamente il miele da un vostro produttore di fiducia.. L'ACSI chiede, dunque, che tutti i produttori di miele si adeguino a queste norme per ragioni di sicurezza alimentare.

## Casse malati e sistema del "terzo garante"

*Dal 1° gennaio 2011 la cassa malati Intras è passata al sistema "terzo garante". Le farmacie, almeno le due alle quale faccio riferimento, hanno avuto la cortesia di organizzare una fatturazione mensile a partire del mese di marzo. Però il nuovo sistema crea grossi problemi a un paziente cronico con necessità di numerosi medicinali. L'amministrazione delle fatture, il controllo dei rimborsi danno parecchio lavoro, lavoro per il paziente, lavoro per le farmacie. Mio marito, che si trova in questa situazione, non è in grado di assumere una simile gestione e per il momento sono io che me ne occupo. Mi chiedo per quale motivo è stata adottata tale politica? Per risparmiare, sperando che per parecchi farmaci non si chieda il rimborso? Per far scappare i malati cronici e costosi? Di sicuro non per semplificare il lavoro di tutti gli interessati. Mi pare che non sono stati assunti nuovi collaboratori, quindi il ritmo dei rimborsi è assai lento. Questa politica è stata adottata dopo il "matrimonio" con CSS. Mancava liquidità nel cestino della sposa?*

*A.C.-Rovio*

Le casse malati possono scegliere quale sistema adottare per ciò che concerne i farmaci (terzo garante o terzo pagante). Il sistema del terzo garante pone effettivamente problemi ai malati cronici soprattutto se la cassa malati è lenta nel conteggiare i rimborsi. Il nostro consiglio è che questo elemento dovrebbe essere valutato in caso di cambiamento di cassa malati. Per ora le casse che applicano il sistema "terzo garante" sono, oltre a Intras, Assura e Supra.

## Grasso di palma nella zuppa

*Ho acquistato la zuppa d'orzo Nahrin e ho notato che contiene grasso di palma. Mi sono fatta dare dalla rappresentante di questi prodotti una descrizione del prodotto che vi sottopongo per un parere.*

*L.N. - Pregassona*

E noi abbiamo chiesto una valutazione alla dietista Evelyne. Battaglia L'articolo contiene grasso di palma biologico e in merito si possono fare due osservazioni:

1. aspetto nutrizionale: la composizione degli acidi grassi è simile all'olio d'arachide con un minor apporto di acidi grassi saturi. Il quantitativo è tuttavia molto basso;
2. dal punto di vista della sostenibilità l'uso del grasso di palma è poco consigliato. Sarebbe preferibile usare un'olio indigeno o comunque di produzione europea sia per l'aspetto trasporto che per quella della deforestazione per fare piantagioni di palme.

## Trova di tutto, dall'aiuto al Cile ai meno fortunati di casa nostra

*Vorremmo segnalarvi il nostro negozietto che abbiamo chiamato "Trova di tutto" a Madonna del Piano nel comune di Croglio, nato dopo il terremoto in Cile (la nostra nazione) del 28 febbraio 2010. Subito dopo questa sciagura abbiamo organizzato una raccolta di indumenti con l'intenzione di inviare un container quale aiuto alle vittime del grande sisma in particolare nei paesini dove non arrivano aiuti umanitari (villaggi di pescatori, minatori, ecc.). Questa campagna di solidarietà è ben riuscita e in poco tempo abbiamo raggiunto il quantitativo necessario per l'invio del container. Ma le donazioni sono andate assai oltre: la gente non solo donava indumenti ma anche oggetti, mobili, suppellettili, ecc... In poco tempo abbiamo ottenuto talmente "tanta roba" che abbiamo deciso di aprire un negozio dell'usato per ricavare i fondi necessari per finanziare il container. È nato così uno sistema di vendita talmente particolare paragonabile a un commercio equo. Con lo spreco e con il consumismo attuale, abbiamo ricevuto così tanta merce da poterla vendere per poco a persone con una situazione economica precaria. In questo negozio non si butta via niente, tutto serve e così facendo si è creato uno scambio utile di merce ancora utilizzabile. Esempi? Vecchi tappeti e cuscini sono serviti per cuce di cane o gatti, una vecchia carrozzina per il trasporto di un vecchio cane ammalato, fodere vecchie di piumini per il trasporto del fieno, un vecchio armadio per le coperte dei cavalli ecc. Per tutto quanto esposto saremmo molto lieti che la "Borsa della spesa" pubblicasse una presentazione del nostro negozietto "Trova di tutto".*

*Ines e Soledad Alarcon- email*

Complimenti, tutto quanto serve a risparmiare e a far durare più a lungo un oggetto noi lo apprezziamo e lo sosteniamo. Appartengono a questa filosofia anche i nostri mercatini e l'attività Scambio dell'usato organizzata nei comuni.

**Per scrivere  
a questa rubrica:  
Redazione BdS  
casella postale 165  
6932 Breganzona  
oppure  
bds@acsi.ch**

## Swisscom TV: utenti di lingua italiana penalizzati nella scelta di film a noleggio

*Un paio di anni fa mi sono abbonato a Bluewin TV perché mi sembrava invitante poter riunire TV, internet e telefono in un solo pacchetto. Inoltre, mi allettava il fatto di poter noleggiare film da casa. Niente da dire per quanto riguarda internet e telefonia. Ma... altro che 1000 film a disposizione! In teoria sì, ma quando si fa scorrere la lista dei film a noleggio si scopre che moltissimi di essi, soprattutto quelli più interessanti, sono fruibili unicamente in tedesco. Si arriva all'assurdo che anche film importanti italiani e francesi, o anche inglesi, sono visionabili unicamente in tedesco! Swisscom mi dice che il problema non dipende da loro ma dal distributore che per motivi di mercato non rilascia i diritti per tutte le lingue. A titolo di contentino mi sono stati condonati 20 franchi sull'ultima bolletta telefonica... A parte l'assurdità della motivazione (si trovano i dvd degli stessi film in tutte le lingue e sottotitolati) ammettendo che Bluewin non sia responsabile, perché allora non avverte PRIMA di stipulare il contratto che esiste questo inghippo? Nemmeno gli operatori di Swisscom shop informano di questo fatto. Non è corretto che tutti debbano pagare la stessa quota quando il servizio è completo solo per una parte di utilizzatori. Credo che questa storia dei diritti sia una scusa. E non va bene, soprattutto se a raccontarla sia un operatore il cui datore di lavoro rimane pur sempre la Confederazione!*

A.R. email

Abbiamo (ri)sottoposto queste – giuste – lamentele alla Swisscom, che così risponde: "Attualmente offriamo ai nostri clienti di Swisscom TV circa 900 film "on demand" in lingua italiana. Poiché i film "on demand" vengono addebitati a parte, il numero di titoli disponibili in DE, FR e IT non ha alcun influsso sul relativo prezzo dell'abbonamento a Swisscom TV nell'area tedesca, francese o italiana della Svizzera. Dato che noi - continua Swisscom - tramite Teleclub, abbiamo stipulato contratti di licenza con tutte le major americane, di norma anche tutti i film di Blockbuster di queste major saranno offerti nel negozio VoD in lingua italiana. Il presupposto è tuttavia che tali film siano stati doppiati anche in lingua italiana e siano stati rilasciati per il cinema in Italia. Inoltre è possibile che singoli film in tedesco, francese e italiano siano disponibili in Svizzera in momenti diversi. Ciò dipende dal fatto che la disponibilità dei film come VoD segue il relativo rilascio per la Germania, la Francia e l'Italia. Per questo accade spesso che un Blockbuster, a causa del rilascio anticipato in Germania, sia disponibile per l'utilizzo in VoD in tedesco alcuni mesi pri-

ma rispetto alla versione italiana. Noi non siamo tuttavia in grado di influenzare questo processo perché la gestione dei dati relativi alla disponibilità dipende interamente dal relativo rilascio per il cinema nella rispettiva area linguistica da parte della major in questione.

- Ancora più complessa dal punto di vista giuridico è la situazione delle produzioni italiane. Per la maggior parte dei produttori italiani non è infatti ancora chiaro chi abbia la facoltà di concedere i diritti sulle produzioni. Ciò significa che produttore, noleggiatore in Italia, noleggiatore in Ticino e distributore mondiale spesso non sono d'ac-

cordo su chi abbia il diritto di concedere i diritti per l'utilizzo in VoD delle produzioni. Non appena ci sarà stato un chiarimento tra le parti interessate, anche queste produzioni entreranno a far parte della nostra offerta di VoD in lingua italiana".

La questione sembra piuttosto intricata. Sta di fatto che gli utenti di lingua italiana sono penalizzati e il costo è uguale per tutti. Chiediamo che si risolva presto il problema: nel frattempo i potenziali nuovi clienti devono essere bene informati su quella che è la reale offerta di Swisscom TV.

### Cambio euro-franco, gli svizzeri adesso ci perdono

*Nel negozio Newyorker.ch di Locarno ho comperato un paio di sandali. Controllando il prezzo vedo attaccato alle scarpe un cartellino che allego in copia recante i diversi prezzi con valute estere. Con mia sorpresa vedo il prezzo in euro di 14.95 e il prezzo in fr. 24.95. Chiara la differenza al cambio odierno circa 18.-fr. Il tasso di cambio per 14.95 euro/franchi circa 1.67! al posto di 1.20. Alla cassa chiedo di pagare in euro ma non avendo contanti ho chiesto di pagare con la carta di credito. La commessa dice che l'importo in euro non è corretto e mi dice che sono 22 euro. Faccio notare che sull'etichetta è scritto 14.95; mi risponde che non poteva fare niente altro. Non ho voluto fare storie e ho pagato in franchi.*

S.C.-Giubiasco



Comprendiamo il suo disappunto ma in Svizzera i prezzi devono essere espressi in franchi e si deve pagare in franchi. Resta il fatto che adesso il cambio nei confronti dell'euro è favorevole al franco e ci dovrebbe essere un abbassamento di prezzo dei prodotti importati dall'Europa; è chiaro che su certe merci (alimentari freschi) il cambio è più fluttuante che su altre ordinate e importate mesi fa quando il cambio era diverso. Certamente la commessa non può fare niente. È una questione economico-politica che il singolo consumatore non può risolvere, se non valutando ogni volta se gli conviene acquistare in Svizzera in franchi o uscire dal confine e comperare in euro.

## Grazie all'intervento dell'ACSI ...

### ● Sostituite le lenti sbagliate

**Al negozio Ottica Blitz di S. Antonino il signor D.R. ordina delle lenti personalizzate della optiswiss. Quando le va a ritirare si accorge che gli consegnano quelle di "alta gamma" che non sono quelle che aveva ordinato. Il servizio Infoconsumi dell'ACSI al quale si rivolge per sapere cosa fare, lo informa che se le lenti non corrispondono a quelle richieste ha diritto a riportarle in negozio e esigere di poter avere quelle ordinate. D.R. segue il consiglio e tutto finisce bene. In negozio si sono scusati per "l'errore nella comanda" e hanno proceduto a sostituire le lenti, senza ulteriori costi. Il consiglio è di controllare sempre che le lenti consegnate corrispondano a quelle ordinate!**

### ● Rimborsata la cartuccia difettosa

**La signora F.P. acquista una cartuccia nera per sua stampante all'Interdiscount di Muralt. Una volta installata nell'apparecchio risulta però evidente che la stessa è difettata. Torna in negozio, ma nonostante F.P. spieghi loro che il prodotto è difettato, le dicono che le cartucce (come indicato sullo scontrino) non vengono sostituite. L'Infoconsumi la informa dei diritti del consumatore in caso di merce difettata e le consiglia di scrivere alla direzione del negozio. La signora reclama alla sede centrale dell'Interdiscount la quale, riconoscendo le ragioni della consumatrice, le invia un buono acquisto per una nuova cartuccia. Reclamare conviene!**

# Deodoranti spray: promesse mantenute per la giornata

**Gli spray rappresentano quasi la metà del mercato degli antitranspiranti. Privi in genere di conservanti, e dunque meno irritanti, sono più igienici.**

**P**er quanto riguarda il sudore, la parità tra i sessi esiste da sempre: sia donne che uomini, infatti, perdono in media quasi un litro di sudore al giorno. Si tratta di un meccanismo essenziale per la salute, poiché permette al nostro corpo di mantenere una temperatura stabile. Ma sia "lui" che "lei" cercano disperatamente di nascondere i segni rivelatori di questo "climatizzatore" corporeo.

E pensare che l'umidità ascellare potrebbe passare inosservata, perché il sudore è composto soprattutto d'acqua e di per sé non avrebbe alcun odore. Madre natura però, può rivelarsi assai crudele, perché ha cosparso la pelle umana di una flora batterica essenziale per mantenerne l'equilibrio, ma che trasforma l'acqua traspirata in sudore dall'odore sgradevole.

Per contrastare questi effluvi, si ricorre comunemente a misure che si rivelano efficaci: igiene quotidiana e deodoranti. Questi ultimi contengono diversi ingredienti che agiscono sulla traspirazione, riducendola, e sulla comparsa di cattivi odori. È al momento di scegliere il deodorante che "lui" e "lei" si dividono e scandagliano scaffali diversi del supermercato: alcuni prodotti si rivolgono alle donne, altri agli uomini, mentre una terza categoria unisex lotta contro questa forma di discriminazione. Ma qual è la differenza tra i deodoranti per gli uomini e quelli per le donne? Nessuna, rispondono gli esperti del laboratorio, se non per i profumi utilizzati. Più floreali per lei, più muschiati per lui e neutri per i deodoranti unisex. Quanto ai principi attivi, non sono certo destinati a un sesso più che a un altro, visto che agiscono allo stesso modo su tutte le pelli.

Abbiamo inviato al laboratorio 14 spray, il cui costo varia dal prezzo base a sei volte tanto.

## 24 ore di orologio sono un po' troppe!

Sull'etichetta, gran parte dei deodoranti annuncia 24 o 48 ore di protezione. Buona notizia: nessuno dei prodotti testati ha causato effetti indesiderabili dopo 24 ore d'applicazione e tutti tengono più o meno correttamente per una giornata intera.



## Antitranspiranti e cancro al seno

**L**a notizia riemerge con una certa regolarità, spesso tramite posta elettronica, e come tutte le voci è alquanto tenace. Tuttavia, gli esperti sanitari di Euroconsumer si sono ampiamente dedicati alla questione, anche spulciando a fondo la letteratura scientifica, e nessun legame di causa ed effetto è stato finora riscontrato tra l'utilizzo dei deodoranti e il cancro al seno delle donne.

Sul banco degli accusati troviamo i sali d'alluminio contenuti nei deodoranti, che bloccano efficacemente i condotti di evacuazione del sudore e limitano così la traspirazione.

Ma questi sali agiscono sulle ghiandole sudoripare, che non hanno alcun rapporto con i linfonodi generalmente implicati nel cancro al seno. Inoltre, contrariamente a ciò che si potrebbe pensare, limitare la traspirazione non riduce in alcun modo l'elimina-

Tuttavia, in linea di principio, è meglio lavar via i residui di deodorante prima di andare a dormire, in modo da lasciar respirare la pelle durante il sonno. Una seconda applicazione di deodorante su un'ascella non lavata in genere peggiora le cose. Se si prevede una serata movimentata, sarà meglio usare il prodotto dopo una rapida pulizia della pelle.

L'efficacia antitraspirante è dovuta a diversi ingredienti. Anzitutto ai sali d'alluminio che bloccano i canali delle ghiandole sudorifere e, in certi casi, al talco che assorbe l'umidità in eccesso. La formula funziona bene, perché tutti i prodotti testati assicurano una riduzione della traspirazione. Il miglior deodorante del gruppo, Rexona Woman Crystal Clear, riduce la traspirazio-

ne iniziale di oltre il 44%. Per fare un confronto, i risultati di M-budget sono molto più modesti, con una riduzione di circa il 23% che però è ancora accettabile. Da notare che un'azione antitraspirante troppo decisa asciuga la pelle in un modo molto sgradevole. Per quanto riguarda l'azione deodorante, tutti i prodotti ne escono a pieni voti. Solo Narta invisible e Nivea Dry Impact per uomo hanno mostrato dei leggeri cedimenti dopo circa 24 ore.

I deodoranti dunque si rivelano relativamente efficaci. Per una protezione ottimale, è essenziale applicare il prodotto da circa 15 cm di distanza per 2 secondi, solo sulle ascelle, cosa che i produttori omettono spesso di specificare. Attenzione a non spruzzarsi il deodorante su tutto il corpo, come si vede in certe pubblicità: il rischio è di asfissiare!

### Attenzione agli allergeni

Per ottimizzare le prestazioni dei prodotti bisogna inoltre applicarli su una pelle pulita e asciugata a dovere, perché in caso contrario il prodotto non terrà sulla pelle oppure assorbirà l'umidità in eccesso e potrebbe macchiare i vestiti.

Contrariamente agli stick o ai roll-on, gli spray non devono contenere dei conservanti, perché il prodotto resta nel flacone e non entra mai a contatto con la pelle. Un vantaggio non trascurabile, perché i conservanti sono la causa più frequente di reazioni allergiche. Attenzione però ad altri allergeni presenti nelle sostanze profumanti, come il limonene, il linalolo o il citronellolo.

Gli spray contengono inoltre circa il 60% di gas propulsore: per anni questo gas era composto dal CFC, nocivo per lo strato di ozono. Oggi invece i gas propulsori che mantengono sotto pressione l'aerosol, come il butano o il propano, sono innocui per l'uomo e per l'ambiente. Per far durare di più il prodotto, è preferibile spruzzarlo brevemente più volte invece di premere a lungo l'erogatore. Per quanto riguarda il rapporto confezione/prodotto, le confezioni da 200 millilitri sembrano essere le migliori, poiché sono le più ecologiche. Purtroppo, sono anche le più rare sul mercato e le marche che le propongono tendono inevitabilmente a diradarsi.

TRADUZIONE TF



Foto: Sedrik Nemeth

## una combinazione azzardata

zione delle tossine, perché queste vengono eliminate dai reni e dal fegato.

**Ma se i sali d'alluminio sembrano innocui, vi sono altri componenti più inquietanti: i parabeni.**

Per fortuna, i parabeni non sempre sono presenti nei deodoranti.

Sono tuttavia presenti in altri cosmetici e anche in molti medicinali, anche se bisogna dire che la loro responsabilità nel can-

cro al seno resta ancora dubbia per i ricercatori.

Si sa però che essi svolgono davvero un'azione di perturbatori endocrini: **la cosa migliore è dunque scegliere un deodorante privo di parabeni**, anche perché trattandosi di conservanti, sono del tutto inutili negli aerosol.

Visto che le bombolette sono ermetiche, è impossibile contaminare il contenuto!





Foto: Sedrik Nemeth

### Consigli ACSI

- Applicare il deodorante sulla pelle pulita e aspettare che si asciughi prima di vestirsi per evitare le macchie.
- La distanza ottimale per l'applicazione è di circa 10-15 centimetri: anche se i produttori non lo dicono, basta spruzzare per due secondi, altrimenti si spreca il prodotto senza aumentarne l'efficacia.
- A differenza di stick e roll-on, in cui il prodotto, sfregato sulla pelle, entra a contatto diretto con i batteri, gli spray non hanno bisogno di conservanti perché il contenuto è sotto vuoto: un vantaggio da non trascurare perché i conservanti sono tra le cause più frequenti di reazioni allergiche.
- La formulazione in crema, che ricopre solo il 3% del mercato, è consigliata a chi suda molto perché ha una maggiore concentrazione di antitranspiranti.
- Infine, ai bambini non serve il deodorante fino all'adolescenza: a partire dai 10 anni, meglio scegliere prodotti senza alcol, con pochi profumi e allergeni.

- ⊕ Molto buono
- Buono
- Soddisfacente
- ▲ Poco soddisfacente
- ▲ Insufficiente

\*\* 100% = prodotto ideale

	UNISEX					
	<b>BOROTALCO</b>	<b>NIVEA</b>	<b>GARNIER</b>	<b>COOP</b>	<b>MIGROS</b>	<b>REXONA WOMEN</b>
	Original Fresh	Pure invisible	Mineral invisible	Prix Garantie	M-Budget	Crystal Clear aqua
Prezzo indicativo (fr.)	6.40	5.50	5.90	1.60	1.50	6.40
Contenuto (ml)	150	150	150	150	150	150
Efficacia antitranspirante (30%)	●	●	●	●	●	⊕
Efficacia deodorante (20%)	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕
Aloni sui vestiti (20%)	⊕	⊕	⊕	●	⊕	⊕
Facilità nell'uso (15%)	⊕	⊕	●	●	⊕	⊕
Etichetta (10%)	⊕	●	⊕	⊕	⊕	⊕
Imballaggio (5%)	⊕	⊕	●	⊕	⊕	●
<b>GIUDIZIO GLOBALE (%) **</b>	<b>85</b>	<b>84</b>	<b>77</b>	<b>55</b>	<b>47</b>	<b>84</b>



# Allume di rocca: una soluzione dura... come la pietra!

L'allume di rocca è un composto di sali di potassio e alluminio, è chiamato anche cristallo di potassio o allume di potassio. Inodore e incolore, viene utilizzato da molto tempo come antitraspirante. Per usarlo basta inumidirne una parte e strofinarla sulla pelle.

Abbiamo incluso una di queste pietre nel test, scoprendo che i suoi sali d'alluminio (gli stessi che troviamo nei deodoranti spray) hanno proprietà astringenti e riducono del 30% la traspirazione. Meglio di certi prodotti sul mercato!

Inoltre inibisce la crescita dei microrganismi e quest'azione antibatterica naturale impedisce il formarsi di cattivi odori. Per contro, a differenza degli spray, non contiene profumi aggiuntivi (e quindi neanche allergeni e conservanti) e pertanto la pietra non profuma la pelle.

Come per i deodoranti a base di alluminio, si consiglia vivamente di pulire la pelle la



sera. È senz'altro una buona soluzione per i soggetti allergici ai profumi, ma attenzione, perché anche l'allume di rocca provoca bruciori e può irritare la pelle. Consigliamo di fare prima una prova.

## Come si è svolto il test

- In condizioni controllate, dodici volontari hanno applicato il deodorante su un'ascella. Passate 24 ore, gli esperti hanno paragonato l'odore dell'ascella deodorata a quello dell'ascella non deodorata in quello che viene definito lo "sniff test".
- Per valutare l'azione antitraspirante, si è proceduto a misurare l'umidità delle due ascelle con un corneometro. Durante le prove, ai volontari sono state fornite delle T-shirt bianche e delle T-shirt nere, allo scopo di rilevare le eventuali tracce sugli indumenti.
- Per stabilire la facilità d'impiego sono state considerate l'omogeneità dello spray e la forza necessaria per applicare il deodorante.
- Abbiamo quindi verificato la presenza dell'elenco degli ingredienti e delle istruzioni obbligatorie che devono essere leggibili.
- Infine abbiamo valutato il peso della confezione in rapporto alla quantità di deodorante che contiene.

### DONNA

### UOMO

DONNA				UOMO			
ADIDAS FOR WOMEN Action 3 sensitive	DOVE Original	GARNIER Narta invisible	FA Mystic moments	ADIDAS Action 3 sensitive	NIVEA FOR MEN Dry impact	REXONA MEN Deo spray cobalt	AXE Dark temptation
6.60	6.20	8.90	5.90	6.50	5.50	3.95	6.90
150	150	200	150	150	150	150	150
●	●	●	●	●	●	●	●
+	+	●	+	+	●	+	+
+	+	+	+	+	+	+	+
+	●	●	+	+	+	●	●
●	+	+	+	●	●	+	+
●	●	●	+	●	●	●	●
<b>77</b>	<b>76</b>	<b>58</b>	<b>55</b>	<b>75</b>	<b>73</b>	<b>58</b>	<b>50</b>

# Aceto balsamico di Modena, troppa barbabietola invece di uva

**A**ceto balsamico di Modena: se ne trovano ormai a tutti i prezzi, che può variare da 3.60 al litro a 3780 franchi al litro, se andiamo a cercare quelli più rari e pregiati. Ma come si spiegano queste enormi differenze di prezzo? La ragione principale sta nel sistema di produzione. Esistono infatti due ricette per questo aceto.

La prima, prevista dalla DOP dell'aceto balsamico tradizionale di Modena, utilizza unicamente il mosto cotto di uva molto matura che viene poi invecchiato per almeno 12 anni in botti di legno nobile come quello di quercia, castagno o ginepro. Una volta uscito da queste botti questo nettare - il cui prezzo negli anni è lievitato - può essere degustato anche puro. I prodotti così realizzati si trovano non tanto al supermercato quanto piuttosto sugli scaffali di negozi con prodotti tipici o con specialità fini, a costi che vanno sovente oltre gli 800 franchi al litro.

Le confezioni che si trovano al supermercato a prezzi contenuti hanno poco a che vedere con questo. Dal 2009 l'aceto balsamico di Modena si può fregiare dell'IGP (Indicazione geografica protetta, meno restrittiva di una DOP), che regola il modo e il luogo di produzione che deve essere nelle province di Modena o Reggio Emilia. In base alla ricetta dell'IGP, che ha una resa industriale, l'aceto è una miscela di mosto d'uva concentrato e aceto invecchiato di almeno 60 giorni, con l'eventuale aggiunta di caramello per il colore.

## Quattro su 8 non sono autentici

La base di questo aceto deve dunque essere unicamente di vino. In taluni prodotti vi si trovano però anche altre specie di vegetali - che costano ovviamente di meno dell'uva - come barbabietola, canna o mais. Una pratica ovviamente non tollerata dal legislatore.

Per sapere se gli aceti balsamici venduti nei nostri supermercati sono prodotti da aceto di vino conforme alle disposizioni vigenti, i colleghi della FRC (Federazione romana dei consumatori) hanno sottoposto 8 campioni ad un esame di laboratorio (vedi FRC Magazine, luglio 2011). Grazie ad un sofisticato metodo di analisi, isotopico, gli esperti sono riusciti a individuare aggiunte di speci vegetali indesiderate in quattro campioni. Tra questi i due prodotti più costosi del test, l'Aceto balsamico di Modena di Migros Sélection e il Quarto centenario di Giuseppe Giusti (venduto anche da Manor), rispettivamente 77.60 franchi e 199.60 franchi al litro. Gli altri due prodotti non conformi sono Carlotta (Denner) e Delikata (Aldi), entrambi dal costo di 3.60 al litro. Nei prodotti Carlotta, Giusti e Migros Sélection è stata aggiunta della barbabietola, mentre nella confezione di Delikata l'aggiunta è di canna e mais.

## Meglio senza caramello

L'aggiunta di caramello è autorizzata fino ad un massimo del 2% e serve non tanto per il sapore dolce ma per dare un colore

più scuro. La pratica è dunque legale ma il vero aceto balsamico ne è esente. Soltanto tre dei campioni esaminati non contengono caramello e antiossidanti: il prodotto di Giuseppe Giusti, già citato poc'anzi e il più costoso del test, e due marche più a buon mercato, Coop Naturaplan e Carlotta (Denner).

Negli 8 campioni è stato inoltre valutato anche il tenore di ocratossina A, una micotossina derivante da muffe che, se assorbita con regolarità, può causare disturbi renali. Per il vino questa tossina è regolamentata ma non per l'aceto. Come riferimento è stato dunque preso in considerazione il valore limite di 2 microgrammi al litro stabilito per il vino.

Buona notizia: nessuno degli aceti presi in esame oltrepassa questo limite (si va da 1,20 microgrammi/litro di Coop Naturaplan a 0,20 di Carlotta).

## Risultati del test

### Sono conformi:

Coop Naturaplan (fr. 11.80/litro)  
Casino (fr. 7.80/litro)  
Ponti (fr. 8.80/litro)  
Acentino (fr. 19.20/litro)

### Non conformi:

Carlotta (fr. 3.60/litro)  
Giuseppe Giusti (fr. 199.60/litro)  
Delikata (fr. 3.60/litro)  
Migros Sélection (fr. 77.60/litro)

## Cosa c'è dentro?

**L'aceto balsamico di Modena è fatto di pochi ingredienti. La differenza tra un prodotto e l'altro è fatta dalla qualità della materia prima e il metodo di produzione.**

### Mosto cotto o concentrato

Il mosto, cioè il prodotto liquido che si ricava pigiando l'uva fresca, è l'ingrediente fondamentale di tutti gli aceti balsamici. Per quanto riguarda quello di Modena IGP, il consorzio lascia ai produttori libertà di scegliere se usare il mosto cotto o il mosto concentrato.

Nel primo caso si segue alla lettera la tra-

dizione: il mosto viene cotto in un recipiente senza coperchio a una temperatura di 95 gradi. Così facendo il succo si concentra (l'acqua evapora), caramellizzano gli zuccheri, si sprigionano gli aromi e il mosto assume naturalmente il colore marrone tipico del prodotto.

Nel secondo caso, la concentrazione avviene con sistema più moderno, rapido ed economico, cioè scaldando il mosto a una temperatura più bassa (40-45 gradi) in un contenitore sotto pressione. In questo caso gli zuccheri non caramellizzano.

### Aceto di vino

Il secondo ingrediente è l'aceto di vino, che deve essere in quantità non inferiore al 10%, con una piccola parte di aceto invecchiato almeno 10 anni.

### Caramello

Il consorzio dell'aceto IGP concede ai produttori la possibilità di aggiungere una piccola quantità di caramello per stabilizzare il colore (massimo 2%).

Fonte: Altroconsumo, luglio 2011

# Epilatori a luce pulsata tante promesse, scarsi risultati

**Promettono una pelle liscia e senza soffrire. In realtà questi apparecchi casalinghi piuttosto costosi non offrono l'atteso risultato e hanno una lunga lista di controindicazioni.**

**N**ella guerra senza pietà contro i peli superflui il genere umano è largamente perdente. Ma non desiste. Con l'evolvere della tecnologia è finalmente riuscito a sviluppare tecniche di sradicamento massiccio. E tra queste vi è l'epilazione cosiddetta "definitiva" a luce pulsata. Un metodo praticato negli istituti specializzati ma che ora si può fare anche a casa grazie ad apparecchi di nuova concezione.

## Niente di veramente definitivo

Costano diverse centinaia di franchi, ma quanto sono efficaci? Per provarlo i colleghi della FRC (Federazione romanda dei consumatori) hanno chiesto a dieci donne di provare due di questi nuovi modelli, PHILIPS e REMINGTON.

Risultato: questi apparecchi non offrono un'epilazione realmente definitiva. Certo, la pelosità delle donne che si sono sottoposte al trattamento è diminuita, ma non è scomparsa e nemmeno la loro pelle è poi così liscia come promesso dalle marche in questione.

A ciò si aggiunge che, da un punto di vista pratico, l'operazione di epilazione delle zone convesse del corpo, come le ascelle o le ginocchia, si è rivelata piuttosto laboriosa poiché il flash luminoso si innesca solo quando la testa dell'apparecchio può aderire totalmente

alla pelle. In seguito all'uso di questa tecnica, il gruppo di testatrici ha anche lamentato una leggera irritazione temporanea delle pelle.

## L'opinione dello specialista

Per Maurice Adatto, specialista ginevrino in dermatologia chirurgica e estetica, "l'efficacia dei sistemi dipende da svariate caratteristiche che sovente sono volutamente taciute dai fabbricanti, anche in modo abusivo".

Ma quello che soprattutto vuole rimarcare è la questione della sicurezza nell'uso di questa nuova tecnica. L'elenco delle controindicazioni (vedi sotto) è infatti piuttosto lungo.

La luce pulsata attacca il pigmento scuro (melanina) e solo i peli neri o bruni possono essere depilati in questo modo. In pratica, il fascio intermittente (pulsato) dell'energia luminosa colpisce esclusivamente

i "bersagli" scuri, cioè i peli, poiché è la melanina contenuta al loro interno che attira tale energia che, convogliata al follicolo pilifero e trasformata in energia termica, ne provoca la progressiva distruzione. Quanto maggiore è il contrasto tra la pelle chiara e i peli scuri, maggiore dovrebbe essere l'efficacia della foto depilazione a luce pulsata. Per questo motivo è sconsigliato trattare le pelli scure, ricche di melanina, con questo sistema. In sostanza il massimo dei risultati si ottiene con peli scuri e pelle chiara.

D'accordo, ma cosa significa "pelle scura"? Per lo specialista Maurice Adatto, è proprio questo uno dei problemi principali. "Philips propone una tavoletta di colori che il consumatore può confrontare con quello della propria pelle per verificare se la stessa può essere trattata con questo sistema. Ma sappiamo bene la difficoltà che hanno i nostri pazienti ad auto-valutarsi in termini di abbronzatura o di pigmentazione della pelle e quindi temiamo un utilizzo abusivo frequente di questa tecnica con conseguenti complicazioni quali iper- o ipopigmentazioni se non addirittura delle cicatrici".

I produttori sconsigliano inoltre l'uso di questi apparecchi per il viso. Ma il dermatologo teme che qualche consumatore lo possa usare anche sul viso con rischio di danni permanenti agli occhi!

Fonte: FRC MAGAZINE



Gli apparecchi epilatori a luce pulsata sono costosi: 699.– franchi per Philips Lumea (a sinistra) e 599.– per Remington i-light

## Attenzione alle controindicazioni

Oltre ad essere interdetta alle donne con la pelle olivastra, l'epilazione a luce pulsata è sconsigliata alle donne in gravidanza, ai diabetici e alle persone che assumono medicinali fotosensibilizzanti (come la pillola contraccettiva), anticoagulanti, o taluni antibiotici. La Società svizzera di dermatologia e venerologia (SSDV) raccomanda di rivolgersi ad un centro dermatologico specializzato in laser. Invita inoltre i pazienti prima di sottoporsi a trattamenti di questo tipo in istituti, ad esigere le qualifiche e/o la formazione delle persone che si apprestano ad epilarle.

## Lo sapevate?

I termini **depilazione** ed **epilazione** non sono sinonimi. La depilazione consiste nella rimozione del pelo a partire dal punto di emersione a livello della cute, l'epilazione rimuove il pelo compreso il bulbo. Ovviamente con l'epilazione i peli stanno alla larga per più tempo.

# Ristoranti trasparenti

La lista continua ad allungarsi: nuovi ristoranti aderiscono all'invito dell'ACSI di voler essere più trasparenti nei confronti della clientela. In questa pagina trovate i ristoranti che hanno sottoscritto con l'ACSI l'impegno a indicare nel proprio menu i piatti "fatti in casa".

A destra l'adesivo che l'ACSI fornisce ai ristoranti.



## LUGANESE

**Canvetto Federale**, Canobbio  
tel. 091 9412552

canvettofederale@ticino.com  
www.canvettofederale.ch

**Canvetto Luganese**, Lugano  
tel. 091 9101890

canvetto@f-diamante.ch  
www.f-diamante.ch

**Grotto della Salute**, Massagno  
tel. 091 9660476

alexhatz@bluewin.ch

**Grotto Ticinese**, Cureglia  
tel. 091 9671226

info@grottoticinese.ch  
www.grottoticinese.ch

**Grotto Piccolo Vigneto**, Albonago  
tel. 091 9723985

**Osteria Ronchetto**, Comano  
tel. 091 9411155

**Pizzeria Moretto**, Cureglia  
tel. 091 9663445

**Taverna dei Pescatori**, Caslano  
tel. 091 6061847

**Grotto Stremadone**, Caslano  
tel. 091 6062485

**Grotto dell'Ortiga**, Manno  
tel. 091 6051613

panevin@ortiga.ch  
www.ortiga.ch

**Rist. La Sorgente**, Vico Morcote  
tel. 091 9962301

ristorante@lasorgente.ch  
www.lasorgente.ch

**Ristorante Carina**, Morcote  
tel. 091 9712938

info@carinamorcote.ch  
www.carinamorcote.ch

**Osteria Torricella**, Torricella  
tel. 091 9451226

osteriatorricella@chef.net  
www.osteriatorricella.ch

## LOCARNESE

**Ristorante Portico**, Locarno  
tel. 091 7512307

**Ristorante Al Porto**, Ascona  
tel. 091 7858585

e-mail: fhw@alporto-hotel.ch  
www.alporto-hotel.ch

**Grotto La Baita**, Magadino  
tel. 091 7804343

cbelloli@verbanolocarno.ch  
www.baita.ch

**Ristorante Vallemaggia**, Locarno  
tel. 091 7520001

ristorantevallemaggia@bluewin.ch  
www.ristorantevallemaggia.ch

**Rist. Al Bottegone**, Locarno  
tel. 091 7518090

feridkakur@hotmail.com

**Ristorante Centovalli**, Tegna  
tel. 091 7961444

info@centovalli.com  
www.centovalli.com

**Ristorante Centrale**, Piazzogna  
tel. 091 7952282

abarboni@bluewin.ch  
www.barboni.ch

**Grottino Ticinese**, Losone  
tel. 091 7913230

grottino-ticinese@hotmail.com

**Al Grott Café**, Brione S/Minusio  
tel. 091 7301132

algrottcafe@ticino.com  
www.algrottcafe.ch

**Rist. Pizzo Vogorno**, Vogorno  
tel. 091 7451256

info@pizzovogorno.ch  
www.pizzovogorno.ch

**Eco-hotel Cristallina**, Coglio  
Tel. 091 7531141

info@hotel-cristallina.ch  
www.hotel-cristallina.ch

## MENDRISIOTTO

**Grotto del Giuvan**, Salorino  
Tel. 091 6461161

info@grottodelgiuvan.ch  
www.grottodelgiuvan.ch

**Osteria l'uliatt**, Chiasso  
tel. 091 6827057

lidea@f-diamante.ch  
www.f-diamante.ch

**Locanda degli Eventi**, Novazzano  
tel. 091 6830013

info@locandadeglieventi.ch  
www.locandadeglieventi.ch

**Osteria del Teatro**, Vacallo  
Tel. 091 6831397

noalea@bluewin.ch

## BELLINZONA E VALLI

**Capanna Cava**, Biasca  
val Pontirone (da metà giugno  
a metà settembre)

tel. 091 8701444 - 0795121765

**Ristorante Corona**, Bellinzona  
tel. 091 8252844

www.ristorantecorona.ch

**Locanda Ticinese**, Bellinzona  
tel. 091 825 1673

**Ristorante Emergenza**, Bellinzona  
tel. 091 8254770

info@ristoranteemergenza.ch

**Ristorante Giardino**, Bellinzona  
tel. 091 8355424

**Casa del popolo**, Bellinzona  
tel. 091 8252921

**Osteria della Posta**, Claro  
tel. 091 8633110

**Grotto Torcett**, Giubiasco  
tel. 091 8573757

grottotorcett@hotmail.com

**Ristorante Forni**, Airolo  
tel. 091 8691270

info@forni.ch - www.forni.ch

**Agriturismo-Rifugio Alla Meta**  
Mairengo

tel. 091 8660461  
laparpaora@bluewin.ch

**Osteria Centrale**, Olivone  
tel. 091 8721107

www.osteriacentraleolivone.ch

**Ristorante Zanzibar**, Bellinzona  
tel. 091 8259607

dragonato@swissonline.ch  
www.dragonato.ch

## FUORI TICINO

**Ristorante Al Cacciatore**,  
Soazza

tel. 091 8311820

alcacciatore@bluewin.ch  
www.hotel-cacciatore.com

su [www.acsi.ch](http://www.acsi.ch)  
trovate la lista  
aggiornata  
dei ristoranti  
che cucinano

# La Guida del Bebè

Sapevate che ogni anno una bambina o un bambino su 5 è vittima di un incidente e che due volte su tre, questo avviene in casa? Parecchi di questi incidenti – che toccano un numero considerevole di bambini di età inferiore a 5 anni – potrebbero essere evitati se si prestasse più attenzione alla sicurezza, dotandosi di attrezzature adeguate e installandole correttamente. Anche i produttori di articoli o di materiali destinati ai più piccoli dovrebbero essere particolarmente attenti alla sicurezza. Purtroppo non è così. Tocca allora ai genitori essere più vigili. Ma come? A cosa pensare? Come tener conto dei rischi legati alla vita quotidiana in casa? Come rispondere a tutte queste domande?

L'ACSI, in collaborazione con l'FRC aveva pubblicato nel 2005 una guida concepita proprio per permettere ai genitori di meglio acquistare, installare e utilizzare tutte quelle attrezzature utili per migliorare il confort e la sicurezza del bambino o per facilitarne la vita. Un acquisto pensato, un'installazione adeguata, un utilizzo corretto di queste attrezzature permettono di creare un ambiente rassicurante e di prevenire numerosi incidenti. Ovviamente, non si tratta di trasformare la casa in una prigione di massima sicurezza; è possibile però farne un luogo dove il piccolo può vivere e muoversi senza troppi rischi. I consigli contenuti nella guida sono pure destinati alle persone e alle istituzioni che si occupano di bambini, come mamme di giorno, asili nido e altri luoghi destinati all'infanzia.

Poiché la Guida del Bebè nel frattempo è stata esaurita per la grande richiesta che abbiamo avuto, la Bds ha deciso di aggiornarla e di pubblicarla come inserto speciale da staccare e conservare e di metterla a disposizione sul nostro sito in formato pdf ([www.acsi.ch](http://www.acsi.ch)).



## Costi per il primo anno di vita

La nascita di un bambino è sempre un lieto evento che, però, comporta per le famiglie costi da non sottovalutare.

L'Osservatorio Nazionale della Federconsumatori italiana ha pubblicato a fine marzo i costi relativi al mantenimento di un bambino nei suoi primi 365 giorni. Le cifre emerse variano da un minimo di 6'120 euro (circa 7'000 franchi) a oltre 13'000 (circa 15'000 franchi).

Anche da un nostro calcolo sommario, che prende in considerazione le principali

attrezzature di cui bisogna dotarsi quando nasce un bambino, risulta una cifra minima tra i 5 e i 6'000 franchi. Bisogna infatti dotarsi, almeno di un lettino, di una carrozzella o passeggino, di un fasciatoio, di un seggiolino per auto, di un seggiolone, di una vaschetta per il bagno, senza contare un corredo minimo di abbigliamento e asciugamani, materiale per l'igiene e la cura, i pannolini, ecc.

Allo scopo di aiutare le famiglie a risparmiare e per fare durare più a lungo attrezzature per bebè di utilizzo limitato,

l'ACSI fin dagli anni 70 ha aperto i mercatini dell'usato in cui è possibile reperire in buono stato, lettini, passeggini (anche gemellari), carrozzelle, seggiolini per auto, oltre a numerosi capi d'abbigliamento.

Il rientro delle mamme a lavoro è poi un vero problema economico. La maggior parte delle famiglie, infatti, è costretta a chiedere aiuto a nonni e parenti, o a pagare salato per un asilo nido privato o una babysitter a tempo pieno. Un mese a tempo pieno, 5 giorni la settimana, in un asilo nido costa circa 1'000 franchi.

## Barriera di sicurezza

**Le barriere di sicurezza sono previste per impedire il passaggio di un bambino di meno di 24 mesi. Ma, se il bebè si arrampica sulla barriera o la spinge, questa può cadere su di lui e ferirlo. Se la barriera resta aperta o se è chiusa male, può approfittarne per oltrepassarla.**

**Non accontentatevi di collocare uno sgabello o una barriera improvvisata davanti alla scala o di ricoprire i gradini di moquette. La barriera è la migliore protezione contro le cadute.**

### Acquisto

Scegliete una barriera solida che può resistere alle sollecitazioni del bambino. Verificate se risponde alle norme seguenti: un'altezza minima di 65 cm, spazi tra le barriere e spazi tra l'ultima sbarra e il muro o l'intelaiatura della porta di 8 cm al massimo. Queste condizioni impediranno al bambino di scavalcare la barriera o di infilare la testa tra le sbarre.

Si può scegliere tra:

- Le barriere che si fissano esercitando una pressione contro l'intelaiatura della porta o i montanti delle scale.

In questo caso, è necessario utilizzare delle calotte di fissaggio – autocollanti o da avvitare – contro le quali la barriera va ad appoggiarsi. Altrimenti essa può cedere se il

bambino la spinge o ci gioca.

- Le barriere che utilizzano montanti che si avvitano alla parete o al telaio della porta. Questa seconda soluzione, generalmente molto sicura, non è possibile se l'intelaiatura della porta è metallica, se il proprietario dell'appartamento impedisce di fare dei buchi o se desiderate poter spostare la barriera di sicurezza e utilizzarla in diversi punti.

- Confrontate i sistemi di apertura e scegliete qual è il più pratico per voi e il più dissuasivo per il vostro bebè. L'ideale è che possiate aprire e chiudere la barriera con una sola mano, senza che lui possa farlo fino almeno all'età di due anni.

- Evitate di acquistare una barriera che si apre sbloccando uno dei punti di fissaggio perché potrebbe staccarsi all'improvviso.

### Installazione

Una barriera mal installata può essere pericolosa perché dà una falsa impressione di sicurezza.



## Seggiolino per auto

**Dal 1° aprile 2010, i bambini al di sotto dei 12 anni, che non raggiungono i 150 centimetri di altezza devono essere assicurati con un dispositivo di sicurezza omologato e riconosciuto. Prima il limite di età era di 7 anni. I dispositivi devono soddisfare almeno gli standard di sicurezza previsti nella versione 03 del relativo accordo (Commissione economica delle Nazioni Unite per l'Europa, regolamento UN-ECE n. 44). Per essere a norma di legge, sull'etichetta del dispositivo deve figurare un numero superiore o uguale a 03; dal 1° aprile 2010 le versioni 01 o 02 non sono più autorizzate. Il rischio di ferite gravi o mortali è 7 volte più elevato per un bambino non allacciato.**

### Acquisto

Prima di tutto, leggete le istruzioni per l'uso del fabbricante come pure le informazioni e i consigli nel manuale di bordo della vostra auto.

- Scegliete un seggiolino adatto al peso, alla statura e all'età del bambino. I seggiolini

che si possono ingrandire a seconda dell'età non garantiscono sufficiente sicurezza.

- Verificate che il seggiolino sia dotato di marchio di controllo ECE-R44.03. Questa etichetta arancione attesta che il seggiolino è conforme alle esigenze attuali.

- Fino a quando il piccolo raggiungerà un peso di 13 chili, acquistate un seggiolino a guscio che si colloca con il dorso alla strada. La testa, la colonna vertebrale e la schiena sono meglio sostenute.

- Evitate di fissare la carrozzina con le cinture disposte parallelamente allo schienale del sedile posteriore. In caso di incidente, questa sistemazione non è sicura.

- Se il bambino ha più di 18 mesi e/o pesa più di 13 kg, scegliete un seggiolino orientato in avanti. Le cinghie del seggiolino gli impediranno di essere proiettato contro il parabrezza.

- Se il bambino misura meno di cm 150, ha bisogno di un rialzo che gli garantisca una posizione corretta. La cintura diagonale deve passare sulla spalla e non al livello del collo.

- Se in famiglia avete più di un'auto, fate attenzione che il seggiolino possa facil-

- Collocare la barriera su una porta o un'intelaiatura stabile, solida e adatta.

- In cima alla scala collocatela sul pianerotolo, in fondo sul primo scalino.

- Provvedete anche a installare una barriera per impedire l'accesso che introduce in un luogo pericoloso, come una piscina o la cucina. Non mettete mai una barriera davanti a una finestra o a una porta finestra. Il bambino potrebbe scavalcarla se ci sono degli elementi a cui aggrapparsi come un calorifero, un davanzale o una maniglia.

### Utilizzo

Insegnate ai figli più grandi a richiudere sistematicamente la barriera, dopo il loro passaggio. Spiegate loro perché non devono salire sulla barriera o far vedere al fratellino come funziona.

- Chiudete sempre la barriera quando la oltrepassate anche se il telefono squilla o se trasportate oggetti ingombranti.

mente essere trasferito da una vettura all'altra e che l'installazione sia facile.

- Se avete dubbi sull'installazione del seggiolino nella vostra auto, chiedete al rivenditore di fare una prova prima dell'acquisto. Controllate se la cintura è sufficientemente lunga per assicurarlo e se il seggiolino è collocato solidamente sul sedile.

### Installazione

Collocate il seggiolino sui sedili posteriori, ai lati esterni, con l'aiuto della cintura in 3 punti del veicolo o del sistema di ritenuta previsto dal costruttore.

- Se si tratta di un guscio per bebè potete anche collocarlo sul sedile anteriore. Attenzione! Verificate sul libretto di istruzioni dell'auto se il costruttore non esclude questa possibilità. Le assicurazioni possono limitare le loro prestazioni in caso di non osservanza delle direttive. Dovete anche far disattivare l'airbag.

- Non installate il seggiolino in auto all'ultimo momento. Non fate del bricolage. Prendetevi tutto il tempo necessario per seguire scrupolosamente le indicazioni del fabbricante.



## Carrozzella e passeggino

La scelta di una carrozzella o di un passeggino dipende dall'età del bambino, dalle vostre attività e stile di vita. Dalla nascita del bimbo fino ai 5/6 mesi di vita circa, il mezzo più adeguato per trasportarlo è la carrozzina. La carrozzina, tuttavia, si usa poco soprattutto nei primissimi mesi, per questo oggi c'è la tendenza ad acquistare il cosiddetto passeggino combinato, costituito da una navicella, da un seggiolino staccabile per l'auto e dal passeggino vero e proprio.

Il passeggino deve essere pratico e semplice da usare. Mal concepito o male utilizzato, può risultare pericoloso: il bambino rischia di slegarsi dai lacci di sicurezza e scivolare fuori o di schiacciarsi le dita quando si ripiega il passeggino.

### Categorie di passeggini

- Il passeggino "combinato" da città. La tendenza oggi è di proporre una combinazione modulare di diversi pezzi comprendente: un telaio con manico, una navicella con Kit car, un seggiolino Auto-Fix.
- Il passeggino pieghevole "a ombrello"

leggero, stretto e molto maneggevole. Si piega e si apre agevolmente sia in larghezza che in altezza. È sconsigliato per i neonati: la sua struttura non è fissa e le piccole ruote tendono a inciamparsi negli ostacoli.

● Il passeggino "fuoristrada" è equipaggiato di tre (o quattro) grandi ruote. La ruota anteriore può essere regolata su "mobile" o "fissa". Le sospensioni assorbono bene i colpi.

### Acquisto

Scegliete un passeggino adatto ai primi mesi del bebè: il seggiolino è bene imbottito (con materiali lavabili), non si deforma, ha un angolo di seduta variabile fino alla posizione allungata con dei bordi sui lati, alla testa e ai piedi. Il passeggino deve ammortizzare le irregolarità del terreno.

- Testate le sospensioni: fate avanzare il passeggino esercitando delle spinte verticali brevi e sostenute. Controllate se le molle reagiscono in modo dolce ma deciso.
- Confrontate la stabilità dei diversi modelli. Certi rischiano più facilmente di sbilanciarsi.
- Scegliete un passeggino che si piega e si apre facilmente. La sua struttura deve poter essere facilmente cambiata di senso (di fronte alla strada o di spalle). Scegliete un

passeggino con un cestello di grande capacità sotto il seggiolino.

● Preferite un'imbragatura di sicurezza con cinque punti di attacco che trattengono il bambino tra le gambe, intorno alla vita e alle spalle. Deve naturalmente corrispondere all'età del piccolo affinché sia trattenuto saldamente. La cintura e la cinghia tra le gambe devono essere sufficientemente larghe e morbide per non ferirlo.

### Utilizzo

Per evitare che il passeggino si sbilanci, utilizzate il grande cestello sotto il seggiolino. Non appendete invece borse e retine al manico o a un gancio sebbene previsto per questo scopo.

- Non trasportate mai altri bambini o oggetti dentro o sopra il passeggino.
- Non lasciate mai che il bambino scenda o salga da solo. Quando lo mettete nel passeggino affrancatelo alle cinture di sicurezza, anche per pochi minuti. Verificate che le cinghie assicurino bene braccia e gambe.
- Quando piegate o aprite il passeggino fate attenzione che il bambino non vi metta le dita.
- Preferite il tettuccio all'ombrello: assicura una zona d'ombra più ampia e protegge non solo dalla pioggia ma anche dal calore.





## Letto con sbarre

**Il bambino passa molto tempo nel lettino. Lì dorme a lungo e, da sveglia, gioca, sgambetta e sogna. È molto importante, quindi, che egli si senta bene e che sia al sicuro. Se il letto è mal concepito, i rischi di incidente sono seri: il bambino può cadere cercando di uscire dal letto, incastrare la testa o una gamba tra le sbarre troppo larghe, schiacciarsi le dita negli interstizi o, peggio, soffocarsi infilando la testa tra il materasso e la rete.**

### Acquisto

Al momento dell'acquisto portate un metro per prendere esattamente alcune misure.

Scegliete un letto perfettamente stabile, che risponda alle norme EN 747 o recante la sigla GS (Geprüfte Sicherheit, cioè "sicurezza verificata"). La sua presenza indica che l'apparecchio è conforme ai requisiti di sicurezza tedeschi e europei.

- Se un lato è ribaltabile, verificate il meccanismo che permette di alzare e abbassa-

re la sponda: è assolutamente necessario che in nessun caso il bambino stesso possa farlo.

- Controllate che il materasso si inserisca perfettamente sui 4 lati del letto: su ogni lato, tra il materasso e il bordo del letto deve poter passare al massimo un dito.

- Verificate che la base o i listelli che sostengono il materasso siano solidamente fissati al telaio del letto.

- Controllate che il letto non presenti spigoli taglienti che potrebbero ferire il bambino, pezzi staccabili che potrebbero essere inghiottiti, che non ci siano fessure o buchi nei quali potrebbero impigliarsi le dita.

- I materassi proposti sono generalmente in spugna. Sceglietene uno piuttosto solido e sufficientemente spesso: 8-10 centimetri. Se è più sottile perderà velocemente forma.

- Evitate l'uso di sacchi da notte con bretelle che si agganciano al letto.

- Preferite un materasso sfoderabile e con fodera lavabile.

- Certe fodere sono impermeabili al loro interno. Ciò può essere pratico ma talvolta i bambini mal sopportano l'assenza di ventilazione; la loro pelle si irrita facilmente.

### Installazione

Se la rete è regolabile in altezza, la posizione alta (minimo 30 cm) è molto pratica nelle prime settimane. In seguito, la posizione bassa è più sicura, in particolare da quando il bambino comincia a stare seduto.

- Controllate che le protezioni delle viti tengano solidamente, che le decorazioni e le decalcomanie siano impossibili da afferrare.

- Non installate il letto nelle vicinanze di finestre, tende, cordoni per tende, lampade, prese o prolunghe di corrente elettrica.

### Utilizzo

Controllate e se necessario stringete regolarmente le viti e i bulloni.

- Non lasciate mai nel letto grossi oggetti, per esempio dei giochi. Questi, infatti, potrebbero servire da gradino per scalare le sponde.

- Non attaccate il ciuccio del bebè a un nastro o a una catenella attorno al collo o alle sponde.

- Dall'età di 3 anni circa, il bambino potrà passare dal lettino a sbarre a un normale letto per bambini.





## Seggiolone

**Dal momento in cui il bambino sta agevolmente seduto, circa all'età di 6 mesi, può partecipare ai pasti familiari seduto nel suo seggiolone. È una tappa gioiosa per lui e per voi. È allora essenziale che si senta a suo agio, che non abbia la possibilità di cadere o di scivolare sotto il ripiano. Ci sono 4 tipi diversi: il seggiolone, il seggiolone regolabile, il seggiolone multifunzionale e il seggiolino da tavolo.**

### Acquisto

Scegliete un seggiolone stabile con una base sufficientemente larga che non si possa ribaltare. Se il seggiolone è trasformabile o se il ripiano può essere tolto, la stabilità deve essere buona in tutte le posizioni.

- Verificate se il sistema di bloccaggio prevede una cinghia fissata tra le gambe del bambino e una cintura addominale facile da allacciare.
- Fate sedere il bambino sul seggiolone e guardate se è comodo: la testa non deve urtare la sommità dello schienale, la schiena deve avere un buon appoggio, la parte posteriore della gamba non deve essere compressa contro il bordo del seggiolone, i pie-

di devono potersi appoggiare sull'apposita mensola.

- Assicuratevi che il bambino non rischi di schiacciarsi una parte del corpo in qualche fessura.
- Controllate che il cuscino sia staccabile e lavabile o che sia facile da pulire.
- I seggioloni regolabili si possono adattare alla crescita del bambino.
- Se optate per un seggiolino da tavolo, assicuratevi che si adatti perfettamente al vostro tavolo. Non appoggiatelo a una prolunga. Dopo averlo fissato, verificate che il tavolo sia sempre ben stabile.

### Installazione

Quando regolate il seggiolino o il ripiano, allontanate il bambino affinché non rischi di schiacciarsi le mani, le braccia o le gambe.

- Assicuratevi periodicamente che le parti regolabili siano sempre adattate alla taglia del bambino.

### Utilizzo

Allacciate sempre il bambino, regolate i lacci alla sua taglia e sistemate le gambe una a destra l'altra a sinistra della cinghia in modo che non possa scivolare.

- Fate attenzione a che il bambino non pos-



sa spingere con i piedi per esempio contro una gamba del tavolo. Potrebbe riuscire ad alzarsi o dondolarsi.

- Collocate il seggiolone lontano dalle pareti. Il bambino potrebbe spingere le mani contro il muro e far cadere il seggiolone.
- Non lasciatelo mai senza sorveglianza quando è seduto sul seggiolone.
- Disponete sotto il seggiolone un tappeto per attutire il colpo in caso di caduta.
- Non lasciate una minestra o un altro cibo caldo sul ripiano del seggiolone, potrebbe scottarsi rovesciandolo.
- Allontanate i bicchieri e altri oggetti che potrebbero rompersi, come pure i coltelli e le forchette.
- Ricordatevi che il bambino ha sempre le braccia più lunghe di quanto si possa immaginare.



## Fasciatoio

**Il fasciatoio permette di cambiare i pannolini del bebè senza chinarsi. Si usa da 6 a 10 volte al giorno e per parecchi mesi. Ciò significa che, per poter vivere tranquillamente questo momento di intimità, il fasciatoio deve essere ben installato. Ve ne sono di diversi tipi: come ripiano che si può appoggiare su un mobile o sulla vasca da bagno, come cassettoni o solo come materassino. Quale che sia il modello non sottovalutate mai il rischio di cadute.**

### Acquisto

Scegliete un tavolo o un cassettoni stabile a prova degli sgambettamenti sempre più vigorosi a cui dovrà resistere.

- Verificate che le sponde anti-caduta siano almeno di 15 centimetri. I modelli dotati di cintura di sicurezza sono poco pratici.
- Controllate che i cassetti, le tasche latera-

li o gli scaffali vi permettano di avere a portata di mano tutto il necessario per cambiare il bebè: pannolini, salviette, crema contro le irritazioni. Eviterete così di lasciarlo inosservato.

- Se optate per un tavolo pieghevole, prima dell'acquisto provate a piegare e ripiegare il modello esposto. Verificate se siete in grado di usarlo facilmente e rapidamente e una volta montato, assicuratevi che sia stabile e sicuro.
- Evitate i modelli a rotelle a meno che non siate ben certi che le bloccherete ogni volta prima di posarvi sopra il bebè. Da evitare anche il modello a forma di tavolo con piano rialzabile: vi è il rischio che ricada sul bambino.
- Se scegliete un materassino verificate che sia completamente plastificato e che il lato inferiore sia antisdrucchiolevole.

### Installazione

Installate il fasciatoio possibilmente in un angolo o contro un muro. Meglio anco-

ra sarebbe posizionare un mobile o un letto alto sul terzo lato. Avrete così le migliori condizioni per evitare cadute.

- Disponete un tappeto o una moquette alla base del fasciatoio.

### Utilizzo

Prima di posare il bebè sul fasciatoio preparate tutto ciò che vi serve per cambiarlo in modo che sia a portata di mano, ma mai dietro di voi.

- Abbiate l'accortezza di avere sempre una mano a contatto con il piccolo, anche se vi dovete girare o abbassare. Non lasciatelo mai solo sul fasciatoio, nemmeno per un secondo: se vi dovete allontanare portatelo sempre con voi.
- Se il tavolo ha un ripiano che si ripiega o si rigira, verificate regolarmente che il meccanismo sia funzionante.
- Sostituite sempre senza indugio i materassini la cui fodera si è deteriorata e lascia scoperta l'imbottitura.

## Bagnetto

**Durante le prime settimane il bagno è un momento bello ma stressante. Bisogna stare attenti che il piccolo non prenda freddo e che non scivoli nell'acqua, bisogna tenergli la testa e il corpo e nello stesso tempo lavarlo. Occorre essere molto vigili: il bebè potrebbe annegare in pochi centimetri d'acqua e in pochi secondi. Non perdetelo mai di vista.**

### Acquisto

Scegliete una piccola vasca da bagno in plastica della taglia del vostro bambino, con lo schienale e il posto a sedere. Questi accorgimenti assicurano un sostegno confortevole alla nuca.

- Tra gli accessori che facilitano il bagno, esistono delle piccole vasche in plastica adatte alla grandezza del bambino che si mettono direttamente nella vasca assicurando così una buona posizione del corpo.
- Acquistate un termometro per il bagno: vi permetterà di controllare la temperatura

dell'acqua che deve essere di 37 gradi.

- Eventualmente fate installare da un idraulico un dispositivo sul rubinetto contro l'acqua bollente.

- Per evitare che i bambini più grandi scivolino nella vasca da bagno, collocate sul fondo un tappetino antisdrucciolevole a ventose oppure incollate degli elementi decorativi antiscivolo.

### Installazione

Posate la vaschetta su un piano sufficientemente ampio a sua volta appoggiato sui bordi della vasca da bagno grande: il tutto dovrà essere perfettamente stabile.

- Evitate di sopraelevare la vaschetta utilizzando strutture metalliche reperibili in commercio, poiché non offrono generalmente una sufficiente stabilità.
- Quando il bebè sarà in grado di restare seduto da solo, adagiate la piccola vasca sul fondo della vasca grande.
- Se posate sul fondo della vasca grande un tappeto antisdrucciolo, verificate che il fondo sia ben pulito e che tutte le ventose vi aderiscano perfettamente.

- I seggiolini da bagno con un anello di sicurezza in plastica e ventose per il fissaggio, non garantiscono una buona sicurezza: il bambino può alzarsi, sbilanciarsi e scivolare in acqua.

### Utilizzo

Dopo aver preparato il bagno lasciate scorrere per finire un po' d'acqua fredda: eviterete così che il bambino possa scottarsi toccando i rubinetti.

- Proteggete i rubinetti con un guanto da bagno per evitare che il bebè si faccia male urtandoli.
- Limitate il livello dell'acqua all'altezza del collo anche del bambino.
- Verificate la temperatura dell'acqua prima di immergerci il bambino.
- Se usate un tappeto antisdrucciolo, non utilizzate prodotti contenenti olio. L'olio, infatti, rischia di diminuire l'aderenza del tappeto così come avviene per i residui del sapone.
- Non siate impazienti di passare dalla vasca piccola a quella grande: il bambino è più sicuro nel suo bagnetto.



## Giocattoli

**Un giocattolo può accompagnare il bambino per diversi mesi. Gli permetterà di divertirsi, di testare la propria abilità, di fare nuove esperienze, di essere consolato. Questo piacere non deve tuttavia fargli correre dei rischi. Un giocattolo mal concepito e mal utilizzato può costituire un pericolo.**

### Acquisto

Scegliete un giocattolo adatto all'età del bambino, alle sue inclinazioni, al suo temperamento e alle sue abitudini. Un giocattolo può essere sicuro nelle mani di un bambino di 5 anni e pericoloso in quelle di uno più piccolo. Leggete l'etichetta e le indicazioni scritte sull'imballaggio e prestate attenzione all'avvertimento "non adatto a bambini di età inferiore a ..." o al simbolo grafico relativo all'esclusione di una determinata fascia d'età (testa di un bambino all'interno di un cerchio rosso barrato con l'indicazione 0-3). Entrambi indicano che il giocattolo può essere pericoloso per i bambini appartenenti alla fascia d'età indicata. L'indicazione: "la conformità di questo prodotto alle norme di sicurezza è garantita dal fabbricante o dall'importatore" non ha alcun valore in materia di sicurezza.

- Per i bambini molto piccoli, scegliete un giocattolo morbido realizzato con un tessuto lavabile, con forme arrotondate e poco voluminose, adatto alle loro piccole mani. Non comperate giocattoli minuscoli che possono essere inghiottiti, bambole con capelli lunghi e peluche dal pelo lungo.

- Esaminate attentamente gli animali di peluche e le bambole di stoffa. Hanno gli occhi o altri piccoli elementi che possono facilmente essere strappati? Hanno fiocchi, pezzi di panno incollati o nastri che il bambino può mettere in bocca e ingoiare? Le cuciture sono fatte con cura? Le piccole palline e le schiume usate come imbottitura possono essere facilmente estratte e inghiottite?

- Assicuratevi che i giocattoli muniti di piccole palline siano sufficientemente solidi da resistere all'urto quando il bambino li lancerà o li picchierà contro un mobile.

- Pensate a queste raccomandazioni anche quando acquistate per strada, in un chiosco o al mercato, un giocattolo o un dolcetto accompagnato da un giocattolo.



- Non comprate un triciclo, un qualsiasi giocattolo da inforcare o carretti da trainare, se il bambino ha meno di 36 mesi. I più piccoli hanno ancora un'andatura incerta e sovente si feriscono quando giocano con questo genere di giocattoli.

### Utilizzo

Quando togliete il giocattolo dal suo imballaggio, gettate immediatamente la plastica, cellophane e/o altra imbottitura di protezione. Non perdetevi di vista il bambino anche (e soprattutto) se ha l'aria di divertirsi in tutta tranquillità con i propri giocattoli.

- Togliete le corde o le cinghie dei giochi o riducete al minimo la loro lunghezza.
- Un bambino può strangolarsi quando un nastro o una corda sono sufficientemente lunghi da arrotolarsi intorno al collo.
- Eliminate i giocattoli appesi alla culla o al parco giochi quando incomincerà a mettersi a quattro zampe o a sedersi.
- Gonfiate voi stessi i palloncini per i bambini e non permettete mai a loro di metterli in bocca i pezzetti di un palloncino scoppiato.
- Verificate regolarmente lo stato dei giocattoli. Quando sono rovinati o vecchi non soddisfano più i requisiti di sicurezza. Non dateli neppure a altri.

## Abiti, tessuti, detersivi

**Il bambino passa giorno e notte avvolto in diversi tessuti. La sua pelle delicata non li sopporta tutti allo stesso modo. Succede con una certa frequenza che un bebè presenti arrossamenti o eruzioni cutanee a causa dell'impiego di detersivi e ammorbidenti troppo aggressivi.**

### Acquisto

Scegliete di preferenza abiti in cotone. La maggior parte dei bambini sopporta molto bene questa fibra. Abiti in cotone nuovi sono impregnati di sostanze che possono provocare l'insorgenza di rossori della pelle.

- Il cotone ha il vantaggio di permettere la traspirazione della pelle e di assorbire bene l'umidità. Questi benefici si hanno anche con abiti di cotone misto a altre fibre sintetiche purché la percentuale di cotone sia almeno del 50%.
- Se comperate un abito in lana o lino, assicuratevi che sia morbido al tatto o che non sia poi messo a diretto contatto con la pelle.
- Non bisogna necessariamente scartare gli abiti in tessuto sintetico. La loro cura è facile. Vi renderete conto rapidamente se

la pelle del bambino li tollera.

- Tutti i tessuti sono infiammabili, compresi quelli composti da fibre naturali. Non fidatevi esclusivamente di quanto figura sulle etichette. Per una identica composizione alcuni fabbricanti pongono un'indicazione di pericolo ("keep away from fire"), altri no.
- Fin dai suoi primi passi scegliete delle scarpe che si adattino nel miglior modo possibile ai suoi piedi. Questo vale anche per le scarpine aperte d'estate che debbono avere delle cinghie larghe e solide.
- È assolutamente da verificare che la suola sia antiscivolo: passandovi sopra le dita dovete sentire una forte resistenza. A tal proposito la più indicata è la suola in caucciù o in gomma.

### Utilizzo

Cominciate col lavare tutti gli abiti ricevuti o acquistati. Eviterete così, almeno

in parte, i rischi di reazione cutanea dovuti ai prodotti di cui i tessuti possono essere impregnati.

- Eliminate nastri o cordicelle che possono presentare un rischio di strangolamento o impigliarsi da qualche parte.
- Verificate che gli abiti non presentino grossi bordi, che le etichette siano morbide al tatto, che non vi siano estremità di fili che possano provocare irritazione.
- Evitate i vestiti larghi con ampie maniche in prossimità del fuoco (candele, caminetto, barbecue, scaldia vivande, gas...).
- Allontanate il bambino dalla fonte di calore e sorvegliatelo costantemente.
- Se il bambino ha una pelle delicata soggetta a arrossamenti, utilizzate un detersivo speciale e evitate gli ammorbidenti. Mettete sul letto lenzuola e traversa di cotone.



## Babyphone

**Quando il bambino dorme siete attenti a ogni suo minimo rumore. Siete pronti a raggiungere la sua camera non appena piange o lo sentite irrequieto. L'apparecchio babyphone vi permette di sorvegliarlo a distanza e di sentire subito ogni minimo suono. Un modo per rassicurarvi mantenendo un contatto con lui. Ma, attenzione all'aspetto negativo dell'elettrosmog provocato da apparecchi e cavi.**

### Acquisto

- Scegliete un modello che funzioni anche a batteria: vi sarà utile in vacanza, in giardino o quando vi troverete da amici.
- Chiedete al venditore quante ore di autonomia garantiscono le pile.
  - Assicuratevi che l'apparecchio sia munito di un indicatore luminoso quando è in fun-

zione: vi permetterà di capire quando sostituire le batterie.

- Se pensate di utilizzare con una certa frequenza il babyphone fuori casa, scegliete un modello il cui raggio d'azione sia di diverse centinaia di metri: certi modelli arrivano fino a 400 metri.
- Optate per un ricevitore poco ingombrante e leggero.
- Assicuratevi che sia dotato anche di un indicatore d'allarme visivo: ve ne sono alcuni che regolano la propria luminosità a dipendenza dell'intensità del suono. Potrete così sorvegliare il bambino anche in presenza di rumori.
- Se abitate in una casa dove non vi sono altri babyphone, potete scegliere un modello semplice a sole due frequenze. Se, invece, abitate in un immobile di più appartamenti è preferibile acquistarne uno digitale con un maggior numero di frequenze: è più costoso ma permette di evitare possibili interferenze provocate da altri apparecchi.

- Consultate le riviste dei consumatori prima dell'acquisto per scegliere il prodotto più sicuro.

### Utilizzo

Verificate sempre che il bambino si trovi vicino al trasmettitore e non al ricevitore: se i due si assomigliano la confusione è a volte possibile.

- Staccate il babyphone quando lo desiderate. Non diminuite però la vostra vigilanza. E non precipitatevi a disturbare il bambino quando è in fase di risveglio.
- Ponete il babyphone a una distanza che permetta all'apparecchio di attivarsi ma non troppo vicino al bambino. Alcuni test dimostrano che già a 4 metri di distanza vi sono onde radio dannose.
- Lasciate libero dai cavi elettrici lo spazio vicino al letto del bambino.
- Regolate il babyphone al livello di sensibilità più basso.



## Acquisti di seconda mano o prestiti

**Il bebè cresce in fretta e può valere la pena di utilizzare articoli di seconda mano acquistati o prestati da amici e parenti.**

**Alcuni di loro però non offrono lo stesso livello di sicurezza rispetto ai medesimi articoli nuovi. È difficile, infatti, stabilire se un prodotto ha subito dei danni in seguito all'uso; in materia di sicurezza inoltre i progressi sono continui. Perciò osservate e controllate per bene il prodotto scelto. È un peccato mettere in pericolo la sicurezza del bambino, semplicemente con la prospettiva del risparmio. I consigli che seguono possono aiutare nella scelta.**

- Richiedete le modalità d'uso e le istruzioni per il montaggio degli articoli che lo necessitano: possono contenere delle indicazioni importanti per l'utilizzazione, la sicurezza e la cura.

- Diffidate delle apparenze. Manipolate i prodotti, controllate bene il loro funzionamento, piegate e ripiegate le carrozzine o altre attrezzature pieghevoli. Controllate i freni.

- Verificate che la marca sia ancora leggibile e che il prodotto sia conforme alle norme svizzere o europee.

- Nell'eventualità che l'articolo risulti danneggiato e necessiti della sostituzione di alcuni componenti, assicuratevi che ci sia un fornitore presso il quale rivolgersi e che i

pezzi di ricambio siano ancora disponibili.

- Evitate l'acquisto di prodotti che siano stati ridipinti, come ad esempio un letto. Vernici contenenti piombo possono essere dannose.

- Particolare attenzione va data ai seggiolini per auto d'occasione! Verificate se le cinghie o altre componenti che ne garantiscono la sicurezza col tempo non si siano deteriorate. Va considerato inoltre che i sistemi per allacciare i bambini migliorano continuamente. I vecchi modelli sono meno affidabili.

- Portate con voi le misure del vostro bambino, perché possono mancare le indicazioni relative alle taglie.

È preferibile non acquistare scarpe usate.



Questi simboli figurano sulle sostanze e i preparati pericolosi. I prodotti tossici per la manutenzione devono assolutamente essere posti al di fuori della portata dei bambini, come pure i medicinali.

**In caso di intossicazione:**  
tel. 145 (24 ore su 24)

[www.toxi.ch](http://www.toxi.ch)  
[info@toxi.ch](mailto:info@toxi.ch)



Il logo di controllo ECE-R deve figurare su tutti i seggiolini per bambini. (Numero di serie che inizia per 03 = il seggiolino risponde alle norme di sicurezza più recenti; numero di serie che inizia per 01 o 02 = il seggiolino risponde a delle norme di sicurezza più datate e meno esigenti).



La vignetta EN 71-6, come avviene per l'avvertimento: "non adatto a bambini inferiori ad anni ....", indica che l'oggetto in questione (per esempio un gioco) può essere pericoloso per bambini inferiori all'età indicata.



La sigla tedesca "geprüfte Sicherheit" (sicurezza testata) indica che i prodotti (giochi o mobili) sono stati testati e risultano conformi alle esigenze di sicurezza.



Questo simbolo indica che il seggiolino montato con il dorso del bambino rivolto nella stessa direzione di marcia della vettura non può essere installato sul sedile anteriore se vi è un sistema di airbag attivato.



Il marchio CE non è un marchio di qualità. Indica solamente la conformità a requisiti minimi e che il prodotto può circolare liberamente in tutta Europa.

### Nota bene

L'indicazione "la conformità di questo prodotto alle norme di sicurezza è garantita dal produttore o dall'importatore" non ha alcun valore in materia di sicurezza.

# Nuova etichetta Energia per le automobili

**L'etichetta Energia per le automobili sarà migliorata per dare maggiore importanza al consumo assoluto di carburante e, di conseguenza, alle emissioni di CO2 al momento della classificazione dei veicoli nelle categorie di efficienza.**

**D**al marzo 2003, l'etichetta Energia deve figurare in modo ben visibile su ogni nuova automobile. Questa suddivide le automobili in 7 categorie di efficienza, da A a G. A indica un veicolo particolarmente efficiente dal punto di vista energetico e G un veicolo meno efficiente.

## Le novità più importanti

- Per la classificazione viene data maggiore importanza al consumo assoluto di carburante e, di conseguenza, alle emissioni di CO2.
- L'etichetta Energia veniva applicata soprattutto alle automobili alimentate con carburanti fossili. Ora, invece, grazie a coefficienti di conversione chiaramente definiti sarà estesa anche ai veicoli elettrici.
- Per i veicoli a trazione parzialmente elettrica le cui batterie possono essere ricaricate attraverso la rete elettrica, il consumo elettrico e non elettrico viene indicato come somma. Per il consumo

elettrico vengono considerate, come nel caso dei veicoli a trazione esclusivamente elettrica, le emissioni di CO2 generate durante la produzione di energia elettrica.

● Sulla nuova etichetta Energia, le emissioni di CO2 verranno rappresentate con una barra colorata e come valore di confronto verrà indicato il valore medio delle automobili nuove vendute l'anno precedente.

● L'etichetta Energia deve essere regolarmente adeguata ai più recenti sviluppi della tecnica: tale adeguamento dovrà essere effettuato annualmente, non più ogni due anni. Il giorno di riferimento per determinare la classificazione nelle categorie di efficienza è il 31 maggio. I nuovi valori entrano, tuttavia, in vigore a decorrere dal 1° gennaio dell'anno successivo.

La revisione dell'ordinanza sull'energia entrerà in vigore all'inizio di agosto 2011.

Le nuove disposizioni dell'etichetta-Energia saranno valide a partire dal 1° gennaio 2012.

## Anche un'etichetta per pneumatici



**Circa il 20% del consumo di carburante dipende dai pneumatici. Una migliore resistenza riduce il consumo di carburante e le emissioni di CO2 e contribuisce all'aumento dell'efficienza energetica.**

Ma come fanno i consumatori scegliere i pneumatici migliori che siano al contempo sicuri, silenziosi e a basso consumo energetico? In futuro ci si potrà basare sull'etichetta per pneumatici che diventerà obbligatoria nell'UE dal 1° novembre 2012. Per quella data si vuole introdurre anche in Svizzera per evitare ostacoli al commercio.

Nel caso dei pneumatici, l'etichetta indica sia l'efficienza energetica (resistenza al rotolamento) che l'aderenza sul bagnato (sicurezza) e il rumore. Affinché gli acquirenti conoscano questa etichetta, la Confederazione incoraggerà i fornitori e i rivenditori a contrassegnare i loro prodotti già prima del 2012.

## Doppioclick: eBook, libri digitali comodi ma incompatibili

Quanto pesa la carta! Scegliamo un paio di libri da portare in vacanza e abbiamo aggiunto un chilo alla valigia. Immaginate ora di poter portare con voi centinaia di libri in meno di trecento grammi. Immaginate di poter leggere subito l'ultimo successo editoriale o il giornale di oggi senza andare in edicola o in libreria e senza attendere che arrivi per posta. Questa è la promessa degli e-book, i libri digitali, e dei loro dispositivi di lettura.

Tutti i grandi nomi dell'informatica e dell'editoria offrono eBook e lettori portatili, da Amazon a Google a Samsung a Sony, ma districarsi nelle opzioni non è facile. In teoria gli eBook si possono leggere anche sui telefonini evoluti, sui computer o sui tablet come l'iPad usando i programmi appositi, ma se intendete leggere molto e stando all'aperto o in ambienti fortemente illuminati conviene acquistare un lettore dedicato (reader), il cui schermo è leggibilissimo anche in piena luce (anche se per ora è in bianco e nero, con poche costose eccezioni).

Anche il peso e l'autonomia della batteria sono importanti, e i reader dedicati vincono a mani basse: qualche etto e durate che si misurano in settimane.

Poi c'è da scegliere fra tipi di connessione per scaricare libri e giornali: alcuni reader dipendono da un computer separato, altri usano le reti Wifi e altri ancora possono accedere gratuitamente



alla rete telefonica cellulare (anche all'estero).

L'offerta di pubblicazioni digitali è ampia, anche in italiano: molti classici sono gratuiti e i libri recenti costano di norma meno dell'equivalente cartaceo. Purtroppo, però, i vari produttori ed editori usano formati spesso incompatibili. Un libro digitale per il lettore Kindle di Amazon può risultare illeggibile su un dispositivo Sony e viceversa. A volte il libro desiderato non è disponibile per uno specifico reader. In alcuni casi si può risolvere il problema usando programmi gratuiti di conversione, come Calibre o Kindlegen, ma i libri sono spesso protetti da lucchetti digitali anticopia (DRM) che ostacolano queste conversioni e legano il libro al dispositivo: se cambiate marca, rischiate di perdere la vostra biblioteca. La carta pesa, ma è più semplice.

A settembre usciranno importanti novità, per cui chi aspetta compra meglio, però rinvia i benefici. Per chi deve avere con sé tanti documenti per lavoro (per esempio manuali tecnici) e per chi legge tanto, magari in viaggio, specialmente se sa l'inglese, già ora i benefici sono grandi e i prezzi sono abbordabili.

PAOLO ATTIVISSIMO

# Prodotti chimici: attenzione ai simboli di pericolo

**È di oltre 300 milioni di tonnellate la produzione mondiale di prodotti chimici. Questo corrisponde a un consumo medio annuale di circa 50 chili di prodotti chimici per persona.**

**Parallelamente, anche le cifre che riguardano i pericoli derivanti da un uso scorretto o da un contatto accidentale con alcuni tipi di prodotti continuano ad aumentare. Il centro di informazione tossicologica di Zurigo registra un incremento delle chiamate che dal Ticino ha raggiunto nel 2010 un picco di 839 unità; di queste 839 chiamate**

Ogni giorno entriamo in contatto con prodotti chimici. Un detergente per WC è facilmente riconoscibile come prodotto chimico, mentre si tende a dimenticare la chimica quando si accende un incenso profumato o ci si lava le mani con una saponetta. Quanto però i prodotti chimici siano onnipresenti nella vita di tutti i giorni risulta chiaramente dal loro numero elevato: nel 1930 se ne producevano a livello mondiale circa 1 milione di tonnellate mentre nel 2005 la produzione è passata a 300 milioni di tonnellate. Ciò corrisponde a una media annuale di circa 50 chilogrammi di prodotti chimici per persona (come termine di paragone in Svizzera si consumano 13 kg di cioccolata pro capite all'anno).

## Dalla cucina al giardino

Nella vita di tutti i giorni entriamo in contatto con i prodotti chimici sotto forma di solventi, acidi, liscivie, insetticidi, disinfettanti o prodotti fitosanitari. Le cose si complicano ulteriormente dato che molte sostanze vengono aggiunte per scopi differenti ad altre sostanze, materiali o oggetti. Gli stabilizzatori e i conservanti impediscono il deterioramento prematuro di altri prodotti. Gli emulsionanti consentono di unire sostanze altrimenti non miscelabili quali, ad esempio, le materie oleose e l'acqua. I tessuti vengono trattati con prodotti chimici per poter essere tinti, per essere resi impermeabili o ignifughi. I prodotti per la lotta antiparassitaria e i pesticidi servono a



Campagna SUVA di sensibilizzazione sull'uso corretto delle sostanze chimiche di uso quotidiano

evitare i danni provocati dagli infestanti in svariati settori, spaziando dall'agricoltura agli ambienti domestici. Da questa breve carrellata emerge chiaramente che, per molti aspetti della nostra quotidianità, è quasi impensabile fare a meno dei prodotti chimici.

## Pericoli sottovalutati

In questa moltitudine di prodotti e delle loro applicazioni, può risultare difficile riconoscere i pericoli che si celano dietro il loro impiego. Dal 2005 la Svizzera si è allineata al sistema di etichettatura europeo, abbandonando le classi di tossicità indicate da strisce colorate per introdurre gli attuali simboli di pericolo arancioni. Con il nuovo sistema, l'etichetta fornisce ai consumatori informazioni molto più dettagliate sulla pericolosità di un prodotto. Allo stesso tempo però le etichette sono diventate più complesse e difficili da decifrare.

Come se non bastasse, entro il 2015 è prevista la graduale introduzione di un'ul-

teriore diverso sistema di caratterizzazione, il GHS (Global Harmonized System). Ma questo sarà argomento di una futura pubblicazione sulla BdS.

## Simboli e regole

Oltre a introdurre i nuovi simboli di pericolo, la legislazione ha anche cambiato le regole per accedere ai prodotti chimici, in particolare a quelli pericolosi. Mentre prima determinati prodotti, che vanno usati con particolare cautela, erano accessibili solo a persone formate, oggi è possibile acquistare, per esempio, un liquido per sturare lavandini al supermercato. La presenza di questo (e di altri) prodotti sugli scaffali dei supermercati può dare la falsa impressione che non rappresentino un pericolo maggiore di un sapone per piatti.

## Scarsi risultati

A conferma di questo un recente studio dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) indica che gli sforzi intrapresi ne-

gli scorsi anni per divulgare l'attuale sistema di classificazione sono stati insufficienti. Basti pensare che quasi la metà delle persone interrogate nel 2010 ha espresso la convinzione che le classi di tossicità costituiscono tuttora il sistema ufficiale di caratterizzazione. La maggior parte di esse ritiene inoltre che i prodotti privi di designazione della classe di tossicità siano innocui, anche se contrassegnati da simboli di pericolo. Dallo stesso studio emerge inoltre che troppo spesso un prodotto è valutato esclusivamente sulla base di allusioni pubblicitarie o di accattivanti illustrazioni, senza che la pericolosità per l'uomo e per l'ambiente vengano soppesate. I rivenditori di prodotti particolarmente pericolosi, soprattutto quelli che operano in negozi non specializzati, sono inoltre lacunosi nel fornire la necessaria consulenza a clienti privati.

### Aumentano le richieste dal Ticino

Parallelamente al quadro poco edificante descritto, il centro di informazione tossicologica di Zurigo registra un incremento delle chiamate a seguito di incidenti domestici con prodotti chimici. Il numero di telefonate dal Ticino è passato da 645 in media negli anni dal 2000 al 2004 alle 760 di media negli anni seguenti (picco di 839 nel 2010): ciò corrisponde a un aumento di quasi 1/5 delle chiamate. Altra nota dolente

te è il fatto che i bambini sono fortemente colpiti da intossicazioni nelle mura domestiche: delle 839 chiamate del 2010 ben il 55% li concernevano e, in oltre il 95% dei casi, per motivi accidentali (negli adulti solitamente il 51% delle intossicazioni è risultato accidentale).

### Più attenzione ai bambini

Nell'intento di rendere i pericoli dei prodotti chimici più comprensibili ai bambini, il centro di tossicologia in collaborazione e con il supporto dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), la fondazione Ernst Göhner e la fondazione OPO, ha sviluppato un gioco scaricabile dove i bambini (con l'aiuto dei genitori) imparano a riconoscere i pericoli derivanti dai prodotti presenti in casa e nel giardino ([www.toxi.ch/ita/welcome.html](http://www.toxi.ch/ita/welcome.html), cliccare sul viso sorridente).

In questo gioco il bambino è invitato a scegliere gli oggetti dagli armadi, vani o tavoli in diversi ambienti di una normale casa. Alcuni di questi oggetti sono chiaramente adatti ai bambini (biberon, ciuccio, palette per la sabbia) mentre altri sono assolutamente da evitare (detersivi, posacenere, fertilizzanti). Sul lato destro dello schermo sono date anche informazioni sulla pericolosità dei vari prodotti, in modo da aiutare i genitori o i tutori nell'insegna-

mento delle regole di comportamento nei confronti dei prodotti chimici.

Il Cantone Ticino dispone di un Ufficio che si occupa di queste problematiche, incluso la consulenza ai privati. Maggiori informazioni possono essere reperite su [www.ti.ch/prodotti-chimici](http://www.ti.ch/prodotti-chimici).

MAURO TOGNI E NICOLA SOLCÀ  
DIPARTIMENTO DEL TERRITORIO  
SPAAS / UISPS

### Cinque regole indispensabili

- **Acquistate solo prodotti che sono effettivamente necessari e in quantità minime.**
- **Leggete e seguire sempre le istruzioni per l'uso.**
- **Conservate tutti i prodotti chimici al sicuro e fuori dalla portata dei bambini: la soluzione migliore è di tenere sempre sotto chiave questi prodotti.**
- **Non travasate mai prodotti chimici, specialmente in contenitori per alimenti!**
- **Smaltite i prodotti chimici in maniera corretta.**

**Numero d'urgenza valido in tutta la Svizzera: 145**

## I simboli sulle etichette e i loro significati

### T+ Molto tossico T Tossico

Prodotti chimici che possono provocare gravi danni alla salute o condurre al decesso anche se assunti in quantità molto piccole.

**Molto tossico:** cianuro di potassio, arsenico, acido cianidrico. **Tossico:** gas ammoniacale, benzolo.



### Irritante - Nocivo

Prodotti chimici che possono provocare danni alla salute o, se assunti in grandi quantità, condurre al decesso. Per esempio numerosi solventi o diluenti (toluene), iodio. Prodotti chimici che possono provocare arrossamenti o infezioni se entrano in contatto con la pelle, gli occhi o le mucose. Per esempio soda, candeggina.



### Pericoloso per l'ambiente

Prodotti chimici che potrebbero avere ripercussioni pericolose sull'ambiente.

Per esempio: fluorocloro-idrocarburi, composti di piombo, piretroidi (insetticidi altamente velenosi per i pesci anche in quantità minime).



### Infiammabile

Prodotti chimici i cui gas e esalazioni formano, a contatto con l'aria dell'ambiente, mescolanze esplosive e prodotti chimici che in presenza di una sorgente di accensione si infiammano facilmente. Per esempio benzina, acetone, gas ammoniacale, idrogeno, acetilene.



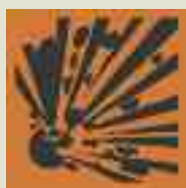
### Comburente

Prodotti chimici non infiammabili ma che a contatto con sostanze combustibili possono infiammarle, oppure causare un incendio in assenza di aria (ossigeno). Per esempio nitrato di potassio, perossido d'idrogeno.



### Esplosivo

Prodotti chimici che possono esplodere se sottoposti, per esempio, a calore, sfregamento, urto o accensione iniziale. Per esempio azoditrato di piombo, acido picrico.



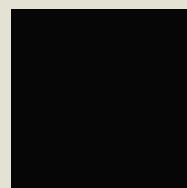
### Corrosivo

Prodotti chimici che possono provocare gravi danni alla pelle, agli occhi e alle mucose. Per esempio acido cloridrico, lisciva di soda.



### Infiammabile senza simbolo

Prodotti chimici i cui gas e esalazioni formano a contatto con l'aria dell'ambiente mescolanze esplosive e prodotti chimici che in presenza di una sorgente di accensione si possono infiammare. Per esempio stirolo, sostituto della trementina.



# Più trasparenza sulle casse pensioni

**Le casse o istituzioni di previdenza, sotto varie forme (private, pubbliche, ecc.) sono 2'351. Le quote o gli apporti versati nelle casse annualmente da lavoratori e datori di lavoro si aggirano attorno ai 45 miliardi di franchi, i versamenti di rendite a 23,3 miliardi. I fondi o gli attivi complessivi delle casse pensioni superano ormai i 600 miliardi di franchi. Un'enormità di denaro (nostro) su cui non c'è abbastanza chiarezza e sorveglianza.**

Come lavoratori (attivi) o come pensionati, tutti abbiamo a che fare con una cassa pensione (la previdenza professionale, il secondo pilastro). Gli assicurati attivi sono più di 3,6 milioni. I pensionati o i beneficiari di rendite (vedovanza, orfani, invalidità) sono 955 mila. Le casse o istituzioni di previdenza, sotto varie forme (private, pubbliche ecc.) sono 2'351. Le quote o gli apporti versati nelle casse annualmente da lavoratori e datori di lavoro si aggirano attorno ai 45 miliardi di franchi, i versamenti di rendite a 23,3 miliardi. I fondi o gli attivi complessivi delle casse pensioni superano ormai i 600 miliardi di franchi.

Questi attivi bisogna ovviamente farli rendere, anche perché il sistema è basato sulla capitalizzazione (le prestazioni di ogni assicurato dipendono dal capitale accumulato durante la vita attiva) e perché bisogna ottenere un grado di copertura che permet-

ta di far fronte agli impegni nel tempo. Le casse pensioni o le istituzioni di previdenza sono di per sé libere di operare gli investimenti che ritengono opportuni per mantenere e accrescere i propri fondi; ci sono però delle ordinanze federali che pongono alcune condizioni in modo che siano prioritariamente soddisfatte le esigenze di sicurezza, di ripartizione del rischio, di garanzia di una liquidità sufficiente per versare le rendite. Si investe quindi (vedi grafico a lato) in obbligazioni, azioni, nel settore immobiliare, nei fondi di investimento e da due anni persino nei fondi detti «alternativi», quelli più speculativi (hedge funds, ecc.).

## Un sistema complicato

Tutto il sistema, anche se riassunto negli aspetti minimi, appare subito piuttosto complicato. A nessuno può però sfuggirne la grande importanza. Il peso della previdenza professionale per l'economia svizze-

ra è enorme se si tiene conto delle somme che alimentano le assicurazioni o i conti bancari oppure l'influenza che quell'imponente fondo di 600 miliardi ha o può avere sul mercato del denaro e dei capitali, sul mercato immobiliare e il mercato dell'alloggio, sull'investimento e quindi la crescita o il tipo di crescita economica, sul mercato del lavoro, sulla formazione del risparmio o la propensione al risparmio, sul consumo (disponibilità di potere d'acquisto).

Ci sono due fattori che rendono per certi versi anomala questa situazione, che è importante nella nostra vita quotidiana. Due fattori che finiscono per fare paradossalmente dei protagonisti o dei «proprietari» (che siamo tutti noi, lavoratori, pensionati, consumatori o semplici cittadini) degli estranei. Essi sono: la mancanza di trasparenza; l'assenza di partecipazione o di controllo.

## 56 centesimi per ogni 100 franchi

Che ci sia mancanza di trasparenza viene a dircelo lo stesso Ufficio federale delle assicurazioni sociali (Ufas) con uno studio, pubblicato negli scorsi giorni, sulle spese di gestione dei fondi del Secondo pilastro, delle nostre casse pensioni.

Per ogni 100 franchi di questi fondi si spendono in media 56 centesimi per l'amministrazione e la gestione. Va detto che per alcuni casi si arriva sino ai 3 franchi. In cifre globali, quasi 4 miliardi di franchi. Una somma cospicua, certamente eccessiva. La «non-trasparenza» sta però altrove. Sta nel fatto che sinora le casse pensioni fanno apparire solamente 795 milioni di franchi di spese e quelle degli assicuratori (cui sono

## Urge una migliore informazione sul 2° pilastro

Nel 2005, in occasione della prima revisione della legge sulla previdenza professionale (LPP), per migliorare la previdenza delle persone a basso reddito, in particolare i lavoratori a tempo parziale, era stata abbassata la soglia d'entrata al 2° pilastro. Risultano così assicurati obbligatoriamente i salariati che percepiscono più di fr. 20'880. A 6 anni di distanza, uno studio commissionato a livello federale ha voluto sentire i giudizi dei lavoratori che guadagnano tra i 10'000 e i 30'000 franchi l'anno e dei datori di lavoro attivi in tre settori in cui sono particolarmente frequenti bassi salari e lavoro a tempo parziale (ristorazione, pulizia e cultura). Dallo studio emerge in particolare che i lavoratori ritengono positivo l'abbassamento della soglia d'entrata: gli interpellati hanno sottolineato in particolare il miglioramento della copertura sociale offerta ai lavoratori a basso reddito e ai lavoratori atipici e l'importanza della parità di trattamento tra tutti i lavoratori. Emerge tuttavia la necessità di una maggiore informazione nel settore sia da parte dei lavoratori sia da parte dei datori di lavoro. Molti salariati conoscono la previdenza professionale a grandi linee, ma ignorano per esempio di essere assicurati anche contro l'invalidità e il decesso. Due terzi dei lavoratori che raggiungono la soglia d'entrata grazie a diversi impieghi non sanno inoltre di poter beneficiare di un'assicurazione facoltativa. Quasi la metà dei datori di lavoro attivi

nei tre settori oggetto del sondaggio ignorano se la loro cassa offra o meno la possibilità di assicurarsi a titolo facoltativo. Per migliorare gli effetti positivi dell'abbassamento della soglia d'entrata sulla previdenza complessiva delle persone a basso reddito occorre dunque migliorare il livello d'informazione sul 2° pilastro. È quanto si intende fare con la riforma della legge sulla previdenza professionale LPP, che entrerà in vigore il 1° gennaio prossimo.

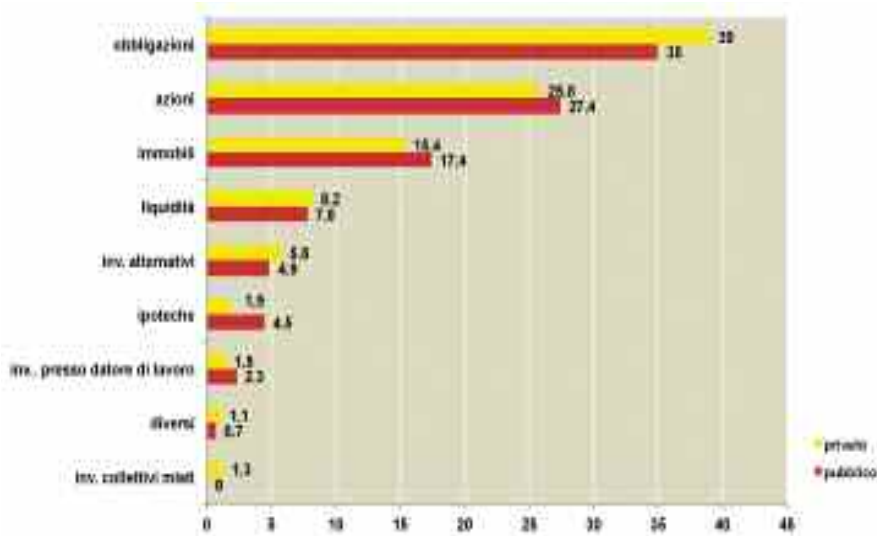
## L'affiliazione di chi ha più datori di lavoro

I salariati impiegati presso più datori di lavoro possono farsi assicurare in modo facoltativo al 2° pilastro, a condizione che non siano già assicurati a titolo obbligatorio e che la somma annuale dei loro salari non sia superiore a 20'880 franchi.

Se sono già assicurati a titolo obbligatorio per uno dei loro impieghi, possono stipulare un'assicurazione complementare per il salario versato dagli altri datori di lavoro. Il datore di lavoro di una persona assicurata a titolo facoltativo è tenuto a versare la sua parte di contributi (almeno il 50% del totale), a condizione che e dal momento in cui il salariato l'ha informato della sua adesione all'assicurazione facoltativa. Chi vuole assicurarsi a titolo facoltativo deve inoltrarne richiesta all'istituto collettore o a un altro istituto di previdenza competente.



## Dove sono investiti i fondi delle casse pensioni private e pubbliche (in percentuale del totale del bilancio)



affidati i fondi) 286, camuffando in pratica quelle non direttamente fatturate.

Chi va a fondo nell'analisi, rileverà che più del 73% dei costi sono generati dalle «commissioni» richieste nella gestione dei patrimoni. Quindi, quanto pretendono in ultima analisi assicurazioni o banche. Insomma, ciò che ci capita alle volte a livello personale - quando su un capitale minimo investito (supponiamo tra i 20 o i 50 mila franchi) sono più le spese di deposito o di commissione prelevate che il reddito acquisito - sembra manifestarsi in maniera ovviamente più eclatante con gli enormi capitali delle casse.

Ma c'è di più. Proprio i famosi investimenti alternativi (quelli cioè più speculativi, come i famosi «hedge funds», che tre anni fa un'ordinanza federale permetteva nella misura del 15% proprio quando erano indicati come una delle cause della crisi finanziaria!), sono quelli che, significativamente, comportano le spese di gestione più elevate (3 franchi e 30 cts. per ogni 100 franchi) anche se, secondo lo studio, rappresentano poco più del 6% del capitale investito dalle casse. Quanto a dire che uscire dalla prudenza per poter guadagnare di più non è poi così pagante come si tentava di far credere se già in spese devo lasciare più di un terzo dell'eventuale e non sicuro reddito al gestore di un «hedge fund».

Infatti, un altro dato significativo che esce dalla studio è, sull'arco di quattro anni, una dimostrata correlazione un poco paradossale tra spese e rendimento: più le spese di investimento del patrimonio sono elevate minore risulta il rendimento netto. In altre parole, l'aumento delle spese di gestione del patrimonio, proprio a causa di prodotti finanziari sempre più complessi a cui si ricorre, non è pagante poiché finisce per ri-

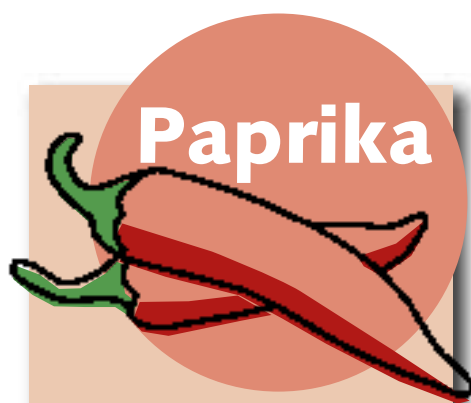
durire assai la redditività. E allora, a che pro lasciare la prudenza per avventurarsi nel rischio? Sarebbe quindi il caso di darsi una drizzata anche nella strategia di investimento e non lasciarla nelle mani degli immancabili esperti e suggeritori assicurativi o bancari che badano soprattutto alle commissioni.

### Spese di gestione 4 volte più elevate di quanto dichiarato

Se solo questo tipo di analisi dello stesso Ufficio federale delle assicurazioni sociali viene a dimostrarci che le spese per la gestione dei fondi delle casse pensioni (che sono poi il nostro risparmio obbligato o la garanzia finanziaria del nostro pensionamento) risultano nella realtà quattro volte più elevate delle spese che appaiono effettivamente nelle loro contabilità o nella statistica ufficiale, qualcosa ciurla nel manico. Come d'altronde si è spesso sostenuto e dimostrato, almeno da una certa parte più attenta, in recenti riadattamenti del Secondo pilastro. Per far saltar fuori le «spese invisibili» che sottraggono soldi ai nostri patrimoni assicurati, anche noi, cittadini-consumatori, dovremmo pretendere non solamente la conclamata mitica trasparenza ma una partecipazione o una rappresentanza maggiore nella gestione dei fondi o perlomeno una informazione più puntuale e più vigilante.

Nuove disposizioni sulle casse pensioni sono entrate in vigore lo scorso primo luglio: dovrebbero permettere di migliorare sia la trasparenza sia la sorveglianza. Avremo modo di parlarne... anche perché gli ambienti che hanno le mani in pasta già sostengono che provocheranno oneri e spese maggiori per le casse pensioni.

SILVANO TOPPI, ECONOMISTA



## Paprika

Allora, sul tetto, i pannelli fotovoltaici o le carote? È l'interrogativo più denso d'avvenire che si possa immaginare. Non la mette così una rivista seria (v. La nouvelle question agricole, in Problèmes économiques, 22 giugno) ma lo lascia pensare. Due società dette «fattorie urbane», la Sky Vegetables e la Valcent, promuovono sui tetti l'orto di casa. La tecnica hydroponica (coltura senza terra, utilizzando dei minerali nutrienti, con acqua) non è cosa nuova; risale al 18.mo secolo. Starebbe però tornando in auge nelle città riuscendo a combinare diverse tecnologie, come le energie rinnovabili, la gestione informatizzata della produzione, la miglior conoscenza dei minerali e delle loro combinazioni. Un tetto relativamente piccolo di 371 metri quadrati ha permesso di produrre tonnellate di nutrimento vegetale in un anno. Un assieme di 3 mila metri quadrati di tetti (un terzo di un campo di calcio) ha fornito frutta e legumi freschi per un anno a 2 mila persone. Accipicchia! Ci sono pure vantaggi ambientali superlativi. Quegli orti, con produzione equivalente, consumando 40 volte meno acqua di un orto tradizionale, non generano inquinamento da trasporto poiché tutto viene consumato sul posto, hanno dei sistemi di ricupero di una parte del calore degli immobili sui quali sono situati, creano qualificati posti di lavoro. Richiedono, è vero, importanti investimenti. L'idea sta comunque attecchendo poiché tutti sembrano voler credere sulla riduzione dei prezzi dovuta al minor spreco, sul prodotto pronto e fresco a porta d'ascensore, sulla localizzazione che risparmia l'ambiente, sul ricupero di energie altrimenti perse.

A dire il vero qualcosa del genere ho già realizzato da tempo, senza capitali. Sul mio balcone cittadino coltivo basilico, salvia, rosmarino, prezzemolo, timo, origano, erba cipollina e persino pomodori cherry. Continuo però a sognare l'orticello bleniese, miracoloso e profumato, del mio amico Beppe. Sono rimasto un vecchio topo campagnolo.

# Val di Fex

Con questa nuova serie, andiamo alla scoperta di mete "verdi".  
Buon viaggio!



Quando due amiche incontrate dopo tanto tempo mi hanno riferito che passavano le ferie su e giù per il Ticino con l'abbonamento Arcobaleno, dopo la sorpresa iniziale ho capito che la loro convinzione era singolare ma corretta. Il Ticino e il Moesano sono ottime terre verdi per vacanze estive. È giusto però evitare integralismi, per cui qualche chilometro supplementare ci può stare. Una meta perfetta è Sils, anzi Segl in romancio:

- 1 provvidenzialmente decentrato tra Maloja e San Moritz, il comune ha un'amministrazione accorta. Non vi è lo sfacelo delle seconde case, che hanno abbruttito tanti villaggi di montagna: a Segl/Sils vi sono molti alberghi, alcuni sontuosi, tutta l'area residenziale è chiusa al traffico privato, per cui si passeggia dappertutto nel silenzio;
- 2 arrivarci è piacere puro: autopostale da Bellinzona a Thusis, poi si gusta il trenino rosso della spettacolare linea ferroviaria inserita nel patrimonio Unesco che scavalca l'Albula, e infine autopostale alla stazione di San Moritz;
- 3 grazie all'abbonamento Arcobaleno i costi sono contenuti: meno di 60 franchi andata e ritorno per tale delizia paesaggistica;
- 4 vi ha soggiornato Nietzsche, la cui casa è oggi ammiratissima al centro del paese. Quindi si può sperare che a Segl/Sils vi sia un'aura benefica che possa far splendere lo scrittore e il filosofo che sono in noi;
- 5 vi è una deliziosa biblioteca pubblica, la Biblioteca Engiadinaisa, con stupenda sala di lettura vista lago e postazioni internet; la residenza per anziani, Dmura per attempati, convive con un museo proprio nel cuore del paese. E poi la fantastica Furnaria-Pastizaria Grond: più che dolci, opere d'arte;
- 6 il comune sembra opporsi fieramente all'invasione del tedesco, si prodiga per impedire al románico di soccombere. Alla scuola elementare gli allievi lo studiano: complimenti!
- 7 si accede alla val di Fex, patrimonio paesaggistico e naturalistico. Niente auto private. È ampia, dolce, uno di quei posti che sembrano esistere solo nei film. C'è la strada asfaltata, ma riservata a carrozze e biciclette. Niente auto private. Fitta



la rete di sentieri formato extralarge su cui non ci si perde neanche ad impegnarsi, così lindi che si ha l'impressione che vengano spolverati ogni mattina dai dipendenti dell'ufficio del turismo;

- 8 c'è una chiesina bianca a Crasta che vi commuoverà. Ma soprattutto il piccolo cimitero in cui indugiare. Guarderete le poche lapidi, ne scoprirete una che ricorda Christian Klucker (1853-1928) formidabile alpinista. E chi saranno stati i coniugi Heinz e Dora Hartmann, nati a Vienna, morti a New York, sepolti a Fex? Google lo sa;
- 9 lo splendore dei laghi, cioè i lejs. Si possono gustare tutti nel ritorno camminando alcune ore, in fantastica successione: Segl, Silvaplauna, Champfer, S.Murezzan;
- 10 vi potete perfino concedere il bagno conclusivo, prima di Bad: lej Marsch. Non lasciatevi ingannare dal nome, è di una freschezza che vi travolgerà! E manderà i vostri piedi in paradiso!

GIUSEPPE VALLI

## Quanto si spende per 1-2 giorni

S. Bernardino – St Moritz – S. Bernardino:	fr. 51.00
St.Moritz –Sils/Segl:	fr. 3.90
Cena-pernottamento-colazione	
Pensiu Crasta, Fex:	fr. 120.00

La pensione è deliziosa, tipica senza essere kitsch, foderata in legno, pulizia impeccabile. Cena non memorabile, ma non si arriva lì per un menù gastronomico. Traversata dei laghi fino alla stazione di S. Moritz è adatta a tutti: ai fondisti per migliorare la resistenza in quota, a bambini e anziani, ai ciclisti di ogni età. Non dimenticate di ritirare la pubblicazione all'ufficio del turismo con le informazioni generali: è esemplare.



# Dolciumi colorati, i produttori cambiano gli ingredienti

**I produttori reagiscono più in fretta degli uffici federali. A un anno di distanza dalla richiesta fatta dalle organizzazioni dei consumatori di eliminare dagli ingredienti dei dolciumi i coloranti azoici, i grandi distributori hanno risposto positivamente. Dalla rilevazione fatta in giugno, tutti i coloranti ritenuti sospetti sono stati eliminati.**

Le autorità si oppongono, i fornitori cambiano: un'indagine fatta dall'Alleanza delle associazioni dei consumatori mostra che sul mercato svizzero è decisamente calato il numero dei dolciumi e delle bevande dolcificate contenenti azocoloranti.

Da un anno l'Unione Europea prescrive che si utilizzi uno specifico avvertimento, se nei prodotti sono contenuti questi coloranti artificiali. Gli azocoloranti sono infatti sospettati di influenzare negativamente le capacità di concentrazione dei bambini e dei giovani più in generale. Le autorità svizzere, nonostante le sollecitazioni delle associazioni dei consumatori, si sono invece rifiutate di introdurre tale avvertimento.

L'anno scorso un'analisi dell'Alleanza aveva permesso di appurare che praticamente in un terzo di 55 prodotti presi in considerazione erano presenti azocoloranti. I produttori e i fornitori dal canto loro avevano annunciato che, in tempi sostanzialmente brevi, avrebbero modificato volontariamente ricette e composizioni.

## Promessa mantenuta

A dodici mesi di distanza l'Alleanza ha proceduto con ulteriori verifiche e il quadro che si è delineato appare soddisfacente: dei 19 prodotti con azocoloranti, alcuni non sono più sul mercato, mentre la composizione degli altri è stata modificata (vedi riquadro). Su alcuni prodotti si trova ora un

annuncio pubblicitario con il quale si mette in rilievo la presenza di ingredienti naturali oppure che non sono contenuti coloranti artificiali. La Migros, inoltre, ha aumentato del 5% il prezzo dei prodotti in questione.

Un aspetto negativo resta, tuttavia, che i consumatori non possono essere del tutto certi che i prodotti vengano confezionati senza utilizzare azocoloranti.

L'analisi dell'Alleanza delle associazioni dei consumatori ha, infatti, rilevato l'arrivo sul mercato di un nuovo prodotto. È il Jelly Belly, che contiene gli azocoloranti E102, E110 ed E129 sulla cui confezione non figura nessuna indicazione e, soprattutto, manca l'avvertimento che viene prescritto nell'Unione Europea.



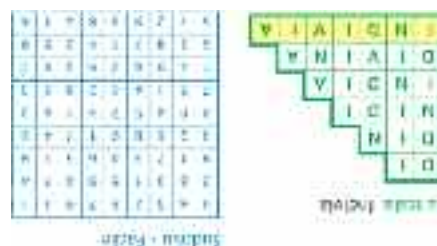
Prodotto	Fornitore	Azocoloranti luglio 2010	Azocoloranti giugno 2011
Look o Look - Strisce verdi	Coop	E104	nessuno
Look o Look - Sticks	Coop	E129	nessuno
Bombonetti - Happy Gum	Coop	E104, E110, E122, E124	nessuno
Rend Band - Lingue superacide	Coop	E104, E110, E122	nessuno
Malabar - Chewing gum	Coop	E124	nessuno
Stringhe	Migros	E122, E129	nessuno
Gomz Tropicals	Migros	E104, E124	nessuno
Yupi Tropico's	Migros	E104, E124	nessuno
Yupi Kiss	Migros	E129	nessuno
Spruso Bonbons	Migros	E104, E110, E124	nessuno
M-Budget - Caramelle gommose	Migros	E104, E122	nessuno
Scioppo granatina	Migros	E122, E124	nessuno
Haribo - Gummispass	Denner	E104, E124, E129	nessuno
Bella - Choco Dragées	Aldi	E104, E110, E122	nessuno

## Consigli ACSI

Prima dell'acquisto controllate la lista degli ingredienti come per un qualsiasi prodotto alimentare.

I coloranti azoici sospetti:

- E 102 (tartrazina)
- E 110 (giallo arancio S)
- E 129 (rosso allure AC)
- Il giallo di chinoleina E 104 non è un colorante azoico ma è ugualmente sospetto di scatenare allergie e di favorire l'iperattività nei bambini.



Soluzione dei giochi di pag. 30

## Batterio killer, tra allarmismo e responsabilità

Cetrioli, insalata, germogli di soia, forse germogli di semi di trigonella (fieno greco) provenienti dall'Egitto... Non si sa ancora con certezza quale sia stata la causa dei 25 morti vittime della colite emorragica. Sta di fatto che è calato il silenzio mediatico sul cosiddetto batterio killer. Non prima, tuttavia, di aver provocato la distruzione di tonnellate di verdura fresca rimasta invenduta per la paura. Proprio dieci anni fa, è stata la volta della "mucca pazza" (207 morti) e solo per incenerire le farine animali sospette la Confederazione ha speso 30 milioni! Poi, solo per citare i casi più eclatanti, per la Sars (119 morti) sono stati abbattuti centinaia di migliaia di polli in Asia ma anche in Europa. E poi, diossina altissima in uova, polli, carne suina, ecc.

Ma cosa bisogna fare? È colpa delle autorità che si affrettano a prendere provvedimenti per la messa in sicurezza della salute pubblica? È colpa dei media che enfatizzano e scatenano le paure per poi passare velocemente a nuovi argomenti senza considerare sufficientemente l'impatto che certe informazioni hanno sul pubblico? I temi scientifici non sono di facile divulgazione e in chi non è preparato possono creare panico.

È anche colpa di noi consumatori che tendiamo ad avere comportamenti schizofrenici e deleghiamo agli altri le nostre responsabilità? Perché mandare al macero così tante tonnellate di verdura non si poteva consumare cotta?

Gli scandali alimentari producono paura e buoni propositi per il futuro; di fatto, la "mucca pazza" aveva costretto amministratori e produttori a cambiare atteggiamenti e rispettare protocolli rigidi di tracciabilità e di provenienza. Si continua, tuttavia, a considerare la produzione animale e vegetale come merce qualsiasi ma non lo è. Gli alimentari sono qualcosa di diverso, di più importante. Come afferma Carlo Petrini, "la politica alimentare si deve basare sul concetto che l'energia primaria della vita è il cibo. Se il cibo è energia, dobbiamo prendere atto che l'attuale sistema di produzione alimentare è fallimentare, troppo meccanicistico, basato sulle grandi monoculture e sulle importazioni da paesi lontani. Il cibo è considerato una mera "commodity", una semplice merce fruibile indipendentemente da chi lo produce e da come lo produce, come fosse petrolio. Abbiamo ormai perso la percezione della differenza tra valore e prezzo: facciamo tutti molta attenzione a quanto costa, ma non più al suo profondo significato [...] Se il cibo è una merce non importa se lo sprechiamo. In una società consumistica tutto si butta e tutto si può sostituire, anzi, si deve sostituire. Ma il cibo non funziona così." L.V.

## E. coli, tonnellate di verdura al macero e miliardi di danni

**In Europa, i costi della psicosi alimentare che nell'ultimo decennio ha mandato al macero tonnellate di alimenti e fatto crollare le vendite sono calcolati attorno ai 5 miliardi di euro. Le autorità europee avrebbero stanziato 210 milioni di aiuti agli agricoltori. Due milioni di franchi forse anche tre sarebbe il danno stimato dagli agricoltori ticinesi per l'allarme Escherichia Coli scoppiato in Germania.**



I dati sull'epidemia di Escherichia coli si sono assestati su 25 morti e 2'400 persone infettate. L'inizio dell'epidemia risale al 1° maggio; il 22 maggio c'è stato il picco dell'epidemia e mercoledì 29 giugno gli ultimi casi registrati in Germania. Ma cosa sappiamo di questo batterio così comune? Gli specialisti tanto ma noi comuni consumatori poco. Anche se per combatterlo bastano alcune semplici regole igieniche. Ecco perché vogliamo proporvi in questa pagina i consigli che so-

no indicati anche sul sito del Laboratorio cantonale dove si trovano informazioni dettagliate sui principali contaminazioni batteriche degli alimenti.

### Carta d'identità dell'E. coli

Escherichia coli è il più classico rappresentante della flora microbica intestinale dell'uomo. È un microorganismo che di norma non causa malattie, da sempre considerato indice di contaminazione fecale dell'acqua e degli alimenti. Nell'ambito di questa specie, tuttavia, si sono formati alcuni tipi che hanno acquisito la capacità di causare malattie. Tra questi spiccano i cosiddetti ceppi enteroemorragici di E. coli (EHEC), il cui capostipite è rappresentato dal sierotipo O157:H7.

### Come si trasmette

Il serbatoio principale di E. coli O157 è rappresentato dal bovino; tuttavia il microorganismo è stato isolato anche da altri animali come piccoli ruminanti domestici e selvatici, suino, cavallo e cane. La trasmissione avviene principalmente per ingestione di alimenti (carne macinata, latte non pastorizzato, vegetali, insaccati stagionati, formaggi da latte crudo, succo di mela, ecc.) contaminati.

## Consigli di igiene e uso corretto degli alimenti

- Lavarsi attentamente le mani prima di manipolare alimenti e dopo aver toccato carne cruda.
- Usare taglieri separati per la carne e gli altri alimenti.
- Lavare accuratamente tutte le superfici e gli utensili che sono stati a contatto con la carne cruda.
- Non riporre la carne cotta sui piatti che sono stati a contatto con la carne cruda.
- La completa cottura della carne rappresenta un fattore preventivo importante; massima attenzione va riservata alla cottura della carne macinata che deve aver perso, prima del consumo, il caratteristico colore rosa, soprattutto nelle preparazioni di hamburger, polpettoni, polpette, ecc.. La temperatura nella parte più interna deve aver superato i 72°C.
- Consumare solo latte termizzato, evitando il consumo di latte crudo.
- Consumare prodotti lattiero caseari ottenuti con latte termizzato o prodotti da latte crudo a lunga stagionatura (almeno 60 giorni).
- Lavare accuratamente frutta e verdura, soprattutto se sono del tipo che non viene sbucciato o cotto. (Vedi [www.ti.ch/laboratorio](http://www.ti.ch/laboratorio))

# Trasporto di animali in auto i box fissi sono più sicuri



**Esistono vari sistemi di trasporto e protezione per la sicurezza in auto dell'amico quadrupede. Il TCS ha sottoposto a un test alcuni dispositivi. Conclusione: per quanto riguarda la sicurezza, i box metallici hanno ottenuto i migliori risultati, mentre le reti di separazione e i teli di protezione si sono rivelati piuttosto inadeguati.**

Quando si trasportano cani e gatti occorre preoccuparsi non soltanto della sicurezza degli animali, ma anche di quella degli altri passeggeri della vettura. In caso di brusca frenata, o di uno scontro, un animale non assicurato viene proiettato attraverso l'abitacolo con una forza pari a più volte il suo peso. Conseguenza: ferite gravi per l'animale, ma anche per gli altri occupanti. È quanto mostrano in maniera eloquente crash test eseguiti con manichini di cani e gatti.

## Vari sistemi a confronto

Durante il test del TCS, sono stati messi a confronto un telo di protezione, una cintura di sicurezza per cani, una rete e una

grata divisoria, un box di trasporto in plastica e una gabbia metallica fissata nel vano bagagli.

Il telo di protezione è certamente il dispositivo meno caro, ma offre anche una protezione insufficiente in caso di incidente. Inoltre, l'animale può muoversi liberamente nell'abitacolo. Anche la rete divisoria offre scarsa sicurezza. Lo stesso dicasi per il modello meno costoso di cintura di sicurezza per cani, dal momento che quest'ultima presenta numerose chiusure in plastica che non resistono alle forze sviluppate in caso di collisione. Ciò non è invece il caso per la cintura di sicurezza, la cui solidità è stata verificata nell'ambito di una prova di collisione. Questo tipo di cintura è certamente più costoso e il suo impiego più complicato, ma in caso d'incidente può evitare il peggio, sempre che il dispositivo di sicurezza sia stato correttamente applicato (l'allacciamento deve essere il più corto possibile).

Le grate divisorie proteggono in ampia misura i passeggeri di un veicolo dagli occupanti a quattro zampe. Ciò che conta è che la grata sia saldamente fissata nella vettura. I box di trasporto in plastica forniscono un grosso apporto di sicurezza, a condizione che siano sistemati e fissati nel veicolo in modo ottimale (nel vano di carico, appog-

giati direttamente dietro allo schienale del sedile posteriore). I piccoli box di trasporto (per esempio per gatti e cani di taglia minore) vanno sistemati nel posto riservato ai piedi, dietro allo schienale dei sedili anteriori. Un crash test realizzato con un manichino di un gatto di quattro chili alla velocità di 50 km/h ha rivelato che non basta fissare il box con la cintura di sicurezza sul sedile posteriore. Il box ha strappato l'ancoraggio della cintura, mentre la sua porta e il suo coperchio si sono rotti. Inoltre, è andato a sbattere violentemente contro lo schienale anteriore.

## Il sistema migliore: il box metallico

Senza ombra di dubbio, la gabbia di trasporto metallica è quella che offre la sicurezza maggiore, sia agli umani che agli animali. Il fatto d'essere saldamente ancorata nella vettura le consente di resistere alle forze di una collisione, cosicché l'animale è protetto in modo ottimale. Unico inconveniente: il prezzo assai elevato, che può variare tra i 200 e i 2000 franchi, a seconda della grandezza e del modello. Inoltre, la gabbia metallica provoca una permanente perdita di spazio nel vano bagagli.

(FONTE TCS)

## Viaggiare con il cane

Prima di portare con sé il proprio compagno a quattro zampe, è indispensabile prendere alcune precauzioni.

- ✓ L'animale dev'essere munito di una pulce elettronica che consente di identificarlo.
- ✓ Il proprietario deve portare con sé il passaporto per animali da compagnia e il cane dev'essere vaccinato contro la rabbia almeno trenta giorni prima di partire per l'estero. Inoltre, per determinati paesi valgono condizioni supplementari come la prova della presenza di anticorpi contro la rabbia (la cosiddetta determinazione Titer) e una terapia preventiva contro i vermi intestinali e le zecche. Certi paesi vietano anche l'accesso di alcune razze. Per ulteriori informazioni è possibile consultare il sito Internet dell'Ufficio federale di veterinaria ([www.ufv.admin.ch](http://www.ufv.admin.ch)) alla rubrica "Passare la frontiera con il proprio gatto e il proprio cane".
- ✓ Box installati in modo fisso nel veicolo offrono la migliore protezione agli animali.
- ✓ Non si deve dimenticare di compiere una pausa ogni due o tre ore. Una fermata giova non soltanto al cane, ma anche al padrone; entrambi hanno bisogno di un po' di relax.

## Trasporti di animali: prescrizioni legali

Dal 1° settembre 2008 l'ordinanza federale sulla protezione degli animali esige il rispetto della dignità degli animali. Concretamente, ciò significa che gli animali devono disporre di spazio a sufficienza durante i trasporti e non devono quindi essere sistemati in uno spazio troppo piccolo. Inoltre, anche per gli animali, che la legge sulla circolazione stradale (LCS) considera alla stregua di un carico, vale la regola secondo la quale essi devono essere sistemati in modo da non minacciare o disturbare nessuno e anche da non poter cadere.

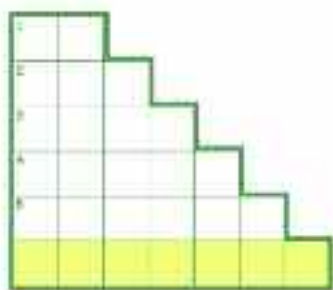
## Gioca con noi

A partire da questo numero, la BdS inaugura una nuova rubrica dedicata ai giochi enigmistici realizzata da Stefania Sargentini. Un piccolo momento di relax e di allenamento mentale destinato a grandi e piccoli lettori. Buon divertimento!

### LA SCALA

Rispondendo alle definizioni, scendi un gradino alla volta, aggiungi una lettera alla parola precedente e anagrammala (es. Lago-Gallo). Al rigo evidenziato quale orlaggio appartiene?

Definizioni: 1. Quarta nell'alfabeto  
2. Rintocco di campana  
3. Custodiscono uova  
4. Una nazione  
5. Celestiale



### SUDOKU

Completa lo schema inserendo i numeri da 1 a 9 in modo che in ciascuna riga, colonna e riquadro compaiano una sola volta.

FACILE

4	6		8					1
				9				
			4	6		2	8	
3	2			1				5
			5	7			6	2
		1	4					3
		9	6	2	5	3	8	
6		8	7					
5					8	4		6

Soluzione dei giochi a pag. 27

Sei un consumatore attento? Vuoi diventare protagonista della tutela dei consumatori?

Partecipa al concorso ACSI segnalando nuovi casi

Per informazioni telefona al segretariato dell'ACSI, 091 922 97 55 o consultare il sito [www.acsi.ch](http://www.acsi.ch)

## Reclamare, ma come?

Trovi tutte le informazioni sulla pubblicazione dell'ACSI. Puoi scaricarla direttamente dal nostro sito [www.acsi.ch](http://www.acsi.ch) oppure puoi richiederla al segretariato

### ACSI

Via Polar 46, CP 165  
6932 Lugano-Breganzona  
tel. 091 922 97 55 fax 091 922 04 71

### Segretariato

lunedì - venerdì 8.30-10.30  
[acsi@acsi.ch](mailto:acsi@acsi.ch)

### Consulenze gratuite per i soci

lunedì - venerdì 10.30-11.30  
[infoconsumi@acsi.ch](mailto:infoconsumi@acsi.ch)

- Infoconsumi
- Casse malati (anche per non soci)
- Pazienti
- Contabilità domestica
- Alimentazione

### Redazione

martedì e giovedì [bds@acsi.ch](mailto:bds@acsi.ch)  
● La Borsa della Spesa ● [www.acsi.ch](http://www.acsi.ch)

### Mercatini dell'usato

Nei Mercatini dell'usato ACSI si trova abbigliamento per bambini a prezzi contenuti e in ottimo stato, indumenti e equipaggiamento sportivo, carrozelle, passeggini, biciclette, lettini, seggioloni, ecc. Prima della consegna di merce ingombrante contattare il mercatino.

**Bellinzona**, viale Portone 9 076 712 68 91  
martedì, giovedì e venerdì 14-17  
mercoledì (solo vendita) 14-17  
1° lunedì del mese (solo vendita) 14-17

Orari estivi: 1° luglio - 17 agosto, aperto ogni martedì dalle 15 alle 18. Da martedì 23 agosto ripresa degli orari normali.

**Locarno**, via Castelrotto 20 091 751 24 73  
martedì e venerdì 9-11  
mercoledì (solo vendita) 14-17.30  
giovedì 14-17.30

Chiuso durante le vacanze scolastiche.

**Bioggio**, via Cademario 076 533 69 03  
martedì e mercoledì 14-17  
giovedì e venerdì 9-11

Il mercatino è aperto regolarmente il mese di giugno. Luglio e agosto: aperto solo il mercoledì: 14-17 e il giovedì 9-11.

**Balerna**, via Favre 8 (zona FFS) 078 926 52 41  
mercoledì 14-17  
venerdì 14-17.30  
sabato (solo da metà settembre a febbraio) 14-17

Dopo la chiusura delle scuole, il mercatino resta aperto nei mesi di giugno e luglio, il mercoledì mattina (9-11) solo per vendita. Chiuso il mese di agosto.



# L'ARIA CAMBIA



Luglio e agosto  
abbonamento  
**arcobaleno**

# 50%

[www.ti.ch/aria](http://www.ti.ch/aria)



Approfitta dell'offerta treno – bici  
[www.tilo.ch](http://www.tilo.ch)