



## CONTATTI

Sara Deluca  
331 153 17 32  
duepassicon\_sara@yahoo.it

[www.ilpannolo.altervista.org](http://www.ilpannolo.altervista.org)



---

## CURA E LAVAGGIO DEI PANNOLINI LAVABILI

### PANNOLINI NUOVI

Devono essere lavati per rimuovere i residui di fabbricazione e per aumentare l'assorbenza. Si consigliano 2 lavaggi per la microfibra e almeno 3 per il cotone biologico, canapa e bambù (che raggiungono il massimo della loro assorbenza dopo 7-10 lavaggi). Nel primo lavaggio si può usare poco detersivo mentre nei successivi può essere anche evitato. I fitted con colori accesi andrebbero lavati separatamente con capi colorati almeno la prima volta.

### DOVE SI METTONO I PANNOLINI SPORCHI

I pannolini sporchi possono essere riposti all'interno di un **bidone con coperchio** munito di una sacca retinata oppure in una **sacca impermeabile (wetbag)**. Nell'attesa che vengano lavati in lavatrice, potete scegliere se aggiungere acqua nel bidone per metterli in ammollo, oppure tenerli "a secco" senz'acqua (quest'ultimo consigliato da ecoalma).

Con il **metodo "a secco"**, i pannolini vengono riposti nel bidone o sacca subito dopo l'utilizzo. Con i pannolini sporchi di feci, in particolare quelle liquide, si consiglia di risciacquare il grosso e, in caso, di aiutarsi con pochissimo sapone (sciacquando bene alla fine) prima di riporli nel bidone. I pannolini solo impregnati di pipì possono essere riposti direttamente nella sacca o bidone, ma se durante lo svezzamento o la dentizione l'odore è molto forte, si consiglia di sciacquarli a mano (o successivamente in lavatrice) per togliere il grosso degli odori e di urina, e di strizzare delicatamente.

**Il metodo dell'ammollo** è laborioso, può creare cattivi odori ed è **sconsigliato** da alcuni produttori. **Non vanno messe in ammollo le parti impermeabili di PUL** del pannolino perché nel tempo possono perdere la loro impermeabilità. Se scegliete questo sistema, **non usate Napisan o altri additivi chimici e nemmeno aceto e bicarbonato** perché possono rovinare i pannolini, soprattutto quelli in bambù. L'acqua di ammollo va cambiata ogni giorno. Una sacca retinata all'interno del bidone facilita lo svuotamento e il drenaggio dell'acqua. Tenete il bidone con l'acqua lontano dalla portata dei bambini.

### LAVAGGIO

*Prima di mettere i pannolini in lavatrice, assicuratevi di aver chiuso le retropatelle del velcro e di aver tolto gli inserti dai pockets.*

I pannolini possono essere lavati a 60 o 40 gradi ma **seguite sempre le istruzioni di lavaggio indicate sull'etichetta** del pannolino. Se scegliete di lavarli a 40 gradi, si consiglia di fare occasionalmente un lavaggio a 60 gradi per igienizzarli. **Centrifuga consigliata 800 giri**. Il **risciacquo con acqua fredda** in lavatrice prima del lavaggio principale aiuta ad eliminare parte degli odori, la pipì, residui o macchie di solidi. È facoltativo ma consigliato se usate il metodo "a secco", quando i pannolini sono molto sporchi o se dovete lavarli con il resto della biancheria. Il risciacquo a freddo dopo il lavaggio principale è consigliato se avete usato troppo detersivo o se la vostra lavatrice usa un basso volume d'acqua di lavaggio. Questo risciacquo aiuta a prevenire l'accumulo di residui di detersivo nelle fibre, che nel tempo può diminuire l'assorbenza dei tessuti.

**I pannolini si lavano con poco detersivo:** è sufficiente 1/4 della dose consigliata. Se usato in eccesso, il detersivo si deposita sui tessuti causando irritazioni da pannolino e ne diminuisce l'assorbimento. Per capire se usate la quantità giusta di detersivo, i pannolini non dovrebbero avere nessun profumo una volta asciutti. Si consiglia comunque di fare, una volta al mese, un lavaggio senza detersivo. Potete utilizzare qualsiasi detersivo ma alcuni produttori **consigliano quelli ecologici, che non contengono enzimi, profumi e sbiancanti ottici** che nel tempo potrebbero danneggiare il tessuto e provocare irritazioni alla pelle. In particolare i tessuti in **viscosa di bamboo non devono essere lavati con detersivi contenenti enzimi** (proteasi, amilasi, lipasi) che tendono a mangiare le fibre del tessuto.

Sono **VIETATI Napisan e altri additivi disinfettanti, candeggina, smacchiatori e l'ammorbidente**. Sconsigliati anche **aceto e bicarbonato di sodio**. Usare il **percarbonato con moderazione, solo quando necessario!**

Per prevenire le macchie si consiglia di pre-trattarle subito con acqua fredda e se necessario con del sapone (sfregando il tessuto), risciacquando bene, prima di riporre il pannolino nel bidone (nel metodo 'a secco').

**Le mutandine di PUL** vanno lavate in lavatrice con i pannolini fino a 60 gradi (**controllate sempre e comunque le istruzioni di lavaggio dell'etichetta**) o con il resto del bucato. Il lavaggio a mano o a basse temperature è comunque quello da preferire, quando possibile, perché ne prolunga la vita e l'impermeabilità.

## **ASCIUGATURA**

**Il metodo più economico ed ecologico è quello di asciugare i pannolini all'aria.** In questo modo si allunga la vita dei pannolini e, mentre sono stesi al sole, si sbiancano e si deodorano. D'inverno si possono stendere vicino ai radiatori evitando però di mettere la parte impermeabile a contatto diretto con la fonte di calore. Se avete intenzione di utilizzare **l'asciugatrice**, ricordatevi di **controllare se le istruzioni nell'etichetta lo consentono**. La vita del pannolino si accorcia se viene asciugato ripetutamente nell'asciugatrice. Si consiglia perciò di usarla solamente quando si è a corto di pannolini.

## **CONSIGLI**

### **FREQUENZA DEL CAMBIO**

Durante il giorno il pannolino va cambiato ogni 2 1/2 - 4 ore, in base all'assorbimento del pannolino, all'età del bambino e a quanta pipì fa. Va sempre cambiato immediatamente dopo la cacca. Si consiglia, nei primi mesi, di cambiare ogni 2 ore se possibile e successivamente ogni 3 ore durante il giorno. Per la notte l'assorbimento del pannolino va aumentata aggiungendo ulteriori inserti oppure usando appositi pannolini da notte. In questo modo il bambino può tenere indossato il pannolino per 12 o più ore. Durante il cambio è importante lavare bene ed asciugare completamente la pelle del bambino. Non limitatevi ai genitali, lavate tutta l'area in cui la pelle è stata a contatto con il pannolino.

### **COME PREVENIRE LE PERDITE**

Assicuratevi di **aver lavato più volte i pannolini nuovi** di cotone biologico, canapa e bambù perché la loro assorbimento aumenta con i lavaggi.

Una volta indossato il pannolino, controllate sempre con un dito che il **girocoscia del pannolino aderisca alla gamba** e che non ci siano spazi da cui possano fuoriuscire pipì o pupù. Fate attenzione che **il body non stringa troppo nel cavallo** perché potrebbe causare perdite laterali.

**Il giro coscia del pannolino deve essere posizionato verso l'inguine** e non verso la coscia. I lavabili dovrebbero vestire sotto l'ombelico.

Fate attenzione alla pasta all'**ossido di zinco** perché cera il tessuto e **fa perdere l'assorbimento** al pannolino. Utilizzate i veli di pile o di cellulosa per proteggere il pannolino, oppure utilizzate delle creme per il cambio che non cerano.

**Non usate l'ammorbidente** perché può creare una patina sul tessuto inibendo l'assorbimento del pannolino.

Non usate **troppo detersivo o detersivo che contiene enzimi** per evitare che si accumuli sul tessuto rendendolo meno assorbente. Se pensate di averne utilizzato troppo, fate due lavaggi consecutivi senza detersivo per eliminare i residui in eccesso. Se notate ancora della schiuma durante il lavaggio fate un ulteriore risciacquo.

Se il pannolino è inzuppato di pipì si possono avere delle perdite dal girocoscia. In questi casi **cambiate più spesso il pannolino o aumentate l'assorbenza con ulteriori inserti/booster**. Dovrete sperimentare con il numero ed i tipi di inserti (cotone, canapa, bambù o microfibra), specialmente per la notte. Se cambiati regolarmente, non è necessario aggiungere booster ai pannolini dei neonati.

Nei **pannolini 'due pezzi'** (pieghevoli o fitted con una mutandina impermeabile) assicuratevi che la parte assorbente del pannolino sia completamente all'interno della mutandina, sia nel girovita che nel girocoscia. La mutandina esterna non deve essere troppo grande né troppo piccola e cambiate taglia se necessario.

Nei **pannolini pocket** evitate di farcire troppo la tasca. In caso, usate degli inserti più sottili e più assorbenti, come quelli di canapa o bambù. Gli inserti devono essere stesi ben piatti nella tasca e non devono essere troppo larghi.

Nei **pannolini AIO** aumentate l'assorbenza se necessario.

### **IRRITAZIONE DA PANNOLINO**

Che si usino pannolini lavabili o usa e getta, prima o poi tutti i bambini vanno incontro all'irritazione da pannolino. Le cause includono:

**Contatto prolungato con feci e pipì** — i batteri presenti nelle feci, mescolandosi con l'urina, producono ammoniaca, una sostanza che può essere molto irritante.

**Svezamento** — alcuni cibi particolarmente forti possono rendere l'urina acida che può dare irritazione.

**Dentizione** — durante la dentizione le feci e l'urina diventano molto acide con forte odore da ammoniaca.

**Sostanze chimiche** — l'irritazione è dovuta da residui di detersivo che si sono accumulati nel tessuto del pannolino, da sostanze chimiche o profumi presenti in salviette e/o prodotti da bagno.

In caso di irritazione da pannolino si consiglia di:

- Cambiare pannolino più frequentemente e immediatamente dopo la pupù e assicurarsi che la pelle sia completamente asciutta dopo averla lavata
- Aumentare/implementare il tempo senza pannolino
- Usare veli di pile per mantenere la pelle asciutta
- Utilizzare inserti di seta buretta o argento (entrambi con proprietà lenitive e curative)
- Far bere più spesso il bambino per diluire la pipì
- Lavare la pelle irritata con batuffoli di cotone o salviette lavabili al posto di salviette usa e getta
- Usare prodotti per il bagno più delicati
- Mettere uno strato sottile di crema protettiva (tipo Crema alla Calendula della Weleda) o BURRO DI KARITÉ fino a quando il rossore scompare
- Fare un impacco freddo di té alla camomilla e miele sulla pelle arrossata
- Fare un extra risciacquo ai pannolini alla fine del lavaggio principale per assicurarsi che il detersivo sia stato rimosso
- Fare 1-2 lavaggi senza detersivo per rimuovere qualsiasi accumulo di detersivo nei pannolini
- Usare un detersivo più delicato, possibilmente senza enzimi, profumi e sbiancanti ottici
- Se usate fitted o pieghevoli, lasciare il bambino con solo il pannolino senza mutandina in PUL
- Usare mutandine di lana □ pile durante la notte e il giorno per permettere l'evaporazione di umidità
- Allattare il bambino al seno più a lungo possibile perché il latte materno abbassa il ph delle feci rendendole meno acide, ed aumenta la resistenza generale del bambino a infezioni.

