

Pannolini, quali scegliere?

Elena Uga

Dirigente medico 1° livello, SOC Pediatria, ASL VC, Ospedale "S. Andrea", Vercelli

La rivoluzione culturale instaurata dalla commercializzazione dei pannolini usa e getta è stata di tale portata che oggi la maggior parte dei genitori, alla nascita di un bambino, non si pone il problema della scelta. Eppure esistono diverse possibilità su cui riflettere.

I pannolini "tradizionali" usa e getta

Sono indubbiamente comodi, hanno rivoluzionato le abitudini delle mamme alle quali non è parso vero di non aver più ciripà da lavare.

La rivoluzione ci ha però lasciato in eredità una montagna di rifiuti. Nei primi due anni e mezzo di vita ogni bambino produce una quantità di rifiuti pari a circa una tonnellata di pannolini e bisogna tener conto del fatto che molti bambini utilizzano pannolini fino ai tre anni e mezzo e oltre. La produzione degli usa e getta è altamente inquinante: nella fase produttiva si consuma un'enorme quantità di risorse naturali: energia, acqua, polpa di legno, plastica, idrogel ecc. La loro produzione elimina nell'acqua solventi, metalli pesanti, polimeri, diossine. I pannolini usa e getta vengono inoltre abitualmente sbiancati con cloro, procedimento che richiede e inquina moltissima acqua. Il loro smaltimento in una discarica può richiedere centinaia di anni, mentre se vengono bruciati in un inceneritore liberano nell'atmosfera sostanze tossiche, fra cui le famigerate diossine.

Oltre alle sostanze rilasciate nell'ambiente c'è il dubbio che sostanze nocive rilasciate dai pannolini possano essere inalate o assorbite dalla cute dei bambini, anche se non vi sono dimostrazioni dirette. Ciò che è stato dimostrato è che l'uso dei pannolini tradizionali aumenta la temperatura della regione genitale e l'aumento della temperatura scrotale può essere correlato ad alterazioni della spermatogenesi e disturbi della fertilità [1].

Riguardo ai possibili danni alla salute legati all'uso dei pannolini usa e getta sono state segnalate dermatiti da contatto causate dalla parte plastica adesiva che aderisce direttamente alla cute [2]. La superassorbenza dei pannolini tradizionali induce inoltre il genitore a cambiare il bimbo meno spesso, esponendo la cute del sederino a rischi di irritazioni cutanee nella regione genitale, e a prolungare l'utilizzo del pannolino negli anni (il bambino si sente più "asciutto" e quindi è meno incentivato ad acquisire il controllo degli sfinteri) [3].

Il genitore che sceglie il pannolino usa e getta dovrà quindi premurarsi di cambiarlo spesso, almeno ogni tre ore, di lasciare ogni tanto il sederino libero di asciugarsi all'aria e lavarlo con acqua, di non utilizzare il pannolino a oltranza negli anni, ritardando il passaggio alle mutandine. Inoltre, se si sceglie l'usa e getta, il genitore dovrebbe chiedersi, come ha fatto un gruppo di genitori che ha redatto un bellissimo manuale di "sopravvivenza" sui pannolini, se sia eticamente corretto mettere al mondo una creatura costringendola a inquinare lo stesso in cui dovrà vivere.

L'usa e getta "ecologico"

Esistono sul mercato pannolini usa e getta "ecologici". Questi prodotti, solitamente più cari dei tradizionali, sono commercializzati da aziende che tendono a utilizzare la minor quota possibile di sostanze nocive per l'ambiente o per la salute. Questi pannolini sono solo in parte biodegradabili (al massimo all'80%) e non è facile orientarsi nel mare magnum delle proposte.

È stato presentato tempo addietro un nuovo pannolino interamente compostabile, che quindi potrebbe essere riciclato insieme all'organico; sicuramente potrebbe rappresentare un'ottima alternativa ai tradizionali "usa e getta". Tendenzialmente si tratta di pannolini meno

assorbenti, che quindi riducono la problematica della temperatura dei genitali e del ritardo nell'acquisizione degli sfinteri, e contengono meno sostanze tossiche o implicate nell'insorgenza di dermatiti da contatto.

Per chi li sceglie vale la regola degli usa e getta (soprattutto i cambi frequenti) e la consapevolezza che, nonostante la loro produzione sia meno nociva per l'ambiente e sia presente una minor quantità di sostanze potenzialmente tossiche per la salute, il loro utilizzo comporta una produzione di rifiuti analoga.

Il pannolino lavabile

Il pannolino lavabile (il vecchio "ciripà") è stato la norma per le generazioni passate, rapidamente soppiantato dall'immissione sul mercato degli usa e getta. Esistono sul mercato varie tipologie di lavabili "moderni": c'è chi usa ancora i vecchi ciripà e chi preferisce quelli che nel formato ricordano gli usa e getta. Alcuni hanno una parte esterna impermeabile incorporata, altri prevedono l'utilizzo di sovrasmutandine (di lana, pile o sintetiche) che permettono di non bagnare i vestiti. Sono dotati di inserti che possono aumentarne l'assorbenza e si possono usare veli di carta biodegradabile per buttare direttamente la cacca nel wc.

Si trovano sempre più spesso in negozi specializzati per l'infanzia, e anche una catena di supermercati ha iniziato a produrli e a rivenderli. In ogni caso il canale più semplice per reperire questo tipo di prodotti con un'ampia scelta e prezzi concorrenziali è la vendita online [4].

In rete si trovano anche le istruzioni, per mamme volenterose, per cucirli in casa. I vantaggi per l'ambiente sono indubbi: i dati variano da paese a paese ma i soli pannolini usa e getta possono costituire, secondo alcune stime, fino al 15% dei rifiuti solidi urbani [5].

Il processo di fabbricazione dei lavabili ha sì un impatto ambientale, al quale va

Per corrispondenza:

Elena Uga

e-mail: elena.uga990@gmail.com

informazioni per genitori

aggiunto il consumo di acqua, energia e detersivi per il lavaggio, ma ciò non basta a perdere il confronto. Il pannolino lavabile è stato definito "scomodo", le mamme moderne hanno bisogno di praticità e tempi di gestione ridotti; in realtà sono stati stimati solo circa 60 minuti in più alla settimana per la loro gestione. I detrattori del lavabile spesso sostengono che le irritazioni cutanee nella regione genitale sarebbero incrementate a causa della minore assorbenza di questo tipo di pannolini, e quindi del più lungo contatto di pipì e feci con la cute.

In realtà non vi sono evidenze scientifiche a riguardo, e il problema è semplicemente legato alla scarsità dei cambi, indipendentemente dal tipo di pannolino utilizzato [6]. Inoltre l'assenza di materie plastiche impedisce lo svilupparsi di dermatiti da contatto. Un vantaggio indubbio del lavabile è quello economico: in tre anni medi di utilizzo un bambino "spende" fino a 2000 euro in pannolini usa e getta, contro una spesa massima stimata (contando anche i consumi in acqua ed energia per i lavaggi) di 800 euro per i lavabili. Bisogna anche considerare il fatto che la riduzione dei rifiuti che si ha utilizzando i pannolini lavabili comporta un risparmio per la collettività, senza contare che i lavabili possono esse-

re "riutilizzati" da fratelli o altri bambini, riducendo ulteriormente le spese.

In conclusione, il pannolino lavabile sembra vincere la sfida da un punto di vista economico ed ecologico, portando alcuni vantaggi al bimbo anche dal punto di vista di guadagno in salute. L'usa e getta resta più comodo e maneggevole ma, quando lo si sceglie, è fondamentale riflettere su come e quanto usarlo.

Bibliografia

- [1] Partsch CJ, Aukamp M, Sippell WG. Scrotal temperature is increased in disposable plastic lined nappies. Arch Dis Child 2000;83:364-8 doi: 10.1136/adc.83.4.364.
- [2] Briscoli V, Marolla F, Moschetti A, Uga E. Pannolini usa e getta o lavabili? Fra letteratura e buon senso. Medico e Bambino 2011;30:374-8.
- [3] Beeckman D, Schoonhoven L, Verhaeghe S, et al. Prevention and treatment of incontinence-associated dermatitis: literature review. J Adv Nurs 2009;65:1141-54.
- [4] Trillò ME. I pannolini ecologici salvano l'ambiente e costano meno. Quaderni acp 2008;15:274.
- [5] Fava D, Ceci E, Barbieri P. Analisi di fattibilità rifiuti-energia, Parma. <http://gestionecorrettarifiuti.it/pdf/Analisiidifattibilita.pdf>.
- [6] Baer EL, Davies MW, Easterbrook KJ, et al. Disposable nappies for preventing napkin dermatitis in infants. Cochrane Database Syst Rev 2006;3: CD004262.

Per saperne di più:
www.biodetersivi.altervista.org/allegati/manuale_pannolini.pdf
www.nonsolociripa.it

DEDICATE AL "BAMBINO INQUINATO" LE VI GIORNATE MEDICHE DELL'AMBIENTE PROMOSSE DA ISDE

Le mamme sono chiamate a raccolta: i medici di ISDE invitano le associazioni sensibili al tema ad aderire alla "Rete delle associazioni di madri (genitori) per l'ambiente", che sta per nascere.

Consapevoli che "le madri, e più in generale le donne, dotate di una particolare sensibilità per la tutela della salute di figli-nipoti e delle future generazioni, possono svolgere un ruolo importante nel promuovere iniziative di stimolo rivolte alle autorità politico-amministrative e della stessa comunità scientifica".

La speranza è che le mamme, organizzate e opportunamente sostenute dagli esperti ISDE, possano fare breccia nella società civile, e diffondere la consapevolezza che l'esposizione a inquinanti ambientali di qualunque natura (fisici, chimici) presenti diffusamente in aria, acqua, suolo e alimenti, rappresenti un grave rischio per la salute dell'infanzia.

ISDE si propone come elemento propulsore della rete e della nascita di nuove associazioni. E punta a realizzare un primo incontro nel 2012 di uno o due giorni come «atelier di confronto». Per focalizzare obiettivi e strategie. Perché l'unione – lo sanno anche i medici – fa la forza.

(Il Sole 24 ORE Sanità, 20 dicembre 2011)