



LA BORRACCIA: UN ALLEATO PER L'AMBIENTE E PER LA SALUTE

2025

0382/985273 

osa@unipv.it 

osa.unipv.it 



UNIVERSITÀ DI PAVIA
Office for Sustainable Actions



Per cominciare...

La borraccia ha sostituito le tradizionali bottigliette di plastica, contribuendo a una significativa riduzione dell'impatto ambientale delle nostre abitudini quotidiane. Tuttavia, è fondamentale ricordare che se non viene lavata accuratamente ogni giorno, può diventare un ricettacolo di germi e batteri.



Corretto Utilizzo della Borraccia

- **Contenuto:** È consigliabile utilizzare la borraccia principalmente per acqua. Se decidi di inserirvi tè o bevande zuccherate, presta attenzione alla pulizia.
- **Materiali Migliori:** Scegli borracce in acciaio inossidabile per uso alimentare (cerca la dicitura "Acciaio inox 18/8" o "304") o in vetro, per garantire sicurezza e durata.
- **Pulizia Quotidiana:** Ricorda di lavare la borraccia ogni giorno per evitare la proliferazione di batteri.
- **Asciugatura:** Dopo il lavaggio, lascia asciugare la borraccia con il tappo aperto per garantire una corretta ventilazione.
- **Lavaggio in Lavastoviglie:** Alcuni modelli di borracce possono essere lavati in lavastoviglie, rendendo la manutenzione ancora più semplice.



Come scegliere la borraccia migliore

Quando si tratta di scegliere la borraccia ideale, è fondamentale considerare l'uso previsto e il tipo di liquido che si intende contenere. Ecco una guida sui materiali più comuni e le loro caratteristiche:

1. Plastica

- **Vantaggi:** Leggera e versatile, con un prezzo generalmente inferiore.
- **Materiali:** Tritan, polipropilene, polietilene, PET.
- **Utilizzo:** Lavabili in lavastoviglie e adatte a tutti i tipi di bevande, anche calde (fino a 100°C).
- **Igiene:** Bassa proliferazione di germi e batteri se pulite regolarmente.

3. Alluminio

- **Vantaggi:** Leggera, ma non inossidabile.
- **Considerazioni:** Necessita di un rivestimento interno per proteggere il metallo dal contatto diretto con le bevande.
- **Attenzione:** Controllare l'uniformità del rivestimento per evitare la proliferazione di muffe e batteri.

4. Vetro

- **Vantaggi:** Il materiale più sicuro contro la formazione di muffe e batteri; non trattiene odori o sapori.
- **Resistenza:** Tollera sbalzi di temperatura, ma è il più pesante e fragile.

Come Mantenere Pulita la Tua Borraccia

Indipendentemente dall'occasione in cui porti con te la tua borraccia, la pulizia è fondamentale. La presenza di acqua o altre bevande crea un ambiente umido ideale per la proliferazione di germi e batteri. Questo è particolarmente importante se hai utilizzato bevande zuccherate o caffè, che possono favorire la formazione di muffe. Che sia in plastica o in acciaio inossidabile, ogni borraccia deve essere pulita dopo ogni utilizzo.

Lavaggio in Lavastoviglie

Se la tua borraccia è lavabile in lavastoviglie, svita il tappo e riponila all'interno. Tuttavia, molti modelli sconsigliano questo metodo poiché potrebbe danneggiarli.

Lavaggio a Mano

Per il lavaggio a mano, utilizza uno scovolino. Ecco come procedere:

- Versa alcune gocce di detersivo per piatti nella borraccia.
- Richiudi e agita energicamente per alcuni secondi.
- Usa lo scovolino per strofinare le pareti interne.
- Risciacqua accuratamente per rimuovere ogni residuo di detersivo.
- Asciuga la borraccia a testa in giù nel lavello, appoggiandola al muro.

Se non hai uno scovolino, una spazzola per piatti con manico lungo va benissimo.



Come Eliminare i Cattivi Odori

Se la tua borraccia emana cattivi odori, potrebbe essere dovuto a una pulizia insufficiente, in particolare durante l'asciugatura. Ecco come rimediare:

- Lavare nuovamente la borraccia, il tappo e la guarnizione con detersivo per piatti.
- Riempi la borraccia con acqua calda (non troppo bollente per le borracce in plastica) e aggiungi un cucchiaino di bicarbonato di sodio.
- Agita e lascia riposare per una notte. In alternativa, puoi usare aceto di vino in proporzione uguale all'acqua.

Non dimenticare di pulire anche il tappo, che spesso è la fonte dei cattivi odori. Puoi lasciarlo in ammollo in acqua e bicarbonato o acqua e aceto.

Pulizia Profonda

Se non hai pulito la borraccia da un po' o desideri un'igiene extra, prova questo metodo infallibile:

- Dopo aver lavato la borraccia, prendi delle compresse effervescenti per la pulizia di dentiere.
- Metti una o due compresse nella borraccia e aggiungi acqua tiepida.
- Lascia riposare per almeno un'ora, o meglio, per una notte intera.

Le bolle delle compresse aiutano a rimuovere i residui e sono efficaci contro i batteri.

Evita di usare la candeggina, poiché, sebbene elimini i batteri, è tossica e può danneggiare la borraccia.

Seguendo questi semplici passaggi, potrai mantenere la tua borraccia sempre pulita e pronta all'uso!



UNIVERSITÀ DI PAVIA
Office for Sustainable Actions

