

inBreve

Pillole dalle riviste di Altroconsumo



inBreve

Pillole dalle riviste di Altroconsumo

Riservata a te, *Fan* di Altroconsumo, InBreve è una selezione di contenuti tratti dagli ultimi numeri del mensile Inchieste e dei bimestrali InTasca, InSalute e Innova.

Attraverso i test, le inchieste, le rubriche e le storie di comuni cittadini, InBreve racconta cosa può fare Altroconsumo per i consumatori e rappresenta un assaggio del nostro modo di fare informazione.

Informazione di servizio ai cittadini.

Informazione indipendente, concreta e utile, che abbraccia qualsiasi tema della vita quotidiana.

Informazione che nasce per dare risposte. E per aiutarti a fare piccole e grandi scelte quotidiane.

Grazie a InBreve puoi varcare un'ulteriore porta di accesso al mondo di Altroconsumo, dei prodotti editoriali e dei servizi che saranno totalmente a tua disposizione se un giorno deciderai, ci auguriamo, di diventare nostro socio.

Da sempre Altroconsumo dà piccole e grandi risposte quotidiane a portata di mano.

 **ALTROCONSUMO**

Direttore responsabile
Alessandro Sessa

Tutti i diritti sono riservati. È vietata la riproduzione anche parziale dei contenuti della pubblicazione.

Altroconsumo Edizioni s.r.l.
Sede legale, direzione, redazione e amministrazione:
Via Valassina 22 - 20159 - Milano
Tel. 02/69.61.500

Reg. Trib. Milano
R.G. 5709/2020 n.64
del 24/06/2020
Copyright © Altroconsumo
n.291252 del 30/6/1987



4

**Filtri per il rubinetto,
il nostro test**



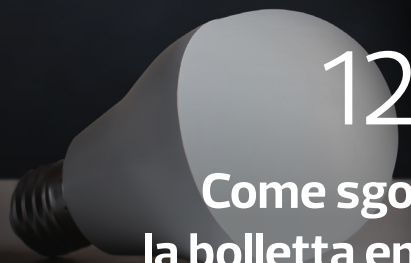
24

**Antonella Viola: "Cure mirate
per uomini e donne"**



9

**Auto elettrica: qual è
la sua impronta ecologica?**



12

**Come sgonfiare
la bolletta energetica**



17

Pagare con l'app



20

**Dalla garanzia al recesso: i diritti
di chi acquista videogiochi**



28

**Riconoscere il vero
sapone di Marsiglia**



30

Lo dico ad Altroconsumo

FILTRI PER IL RUBINETTO: IL NOSTRO TEST

Migliorano il sapore dell'acqua, ma non agiscono su durezza e residuo fisso. Scegliendo una caraffa si risparmia.

di Michela Di Mario

Pubblicità in tv e alla radio, chiamate sul telefono, valanghe di post sulle bacheche social. Quello delle aziende specializzate nella vendita di apparecchi per depurare l'acqua è un marketing a dir poco aggressivo. Negli ultimi mesi, la pubblicità sta cavalcando sempre di più l'onda dei filtri da agganciare al rubinetto. Sul mercato, sia online sia nelle catene di prodotti dedicati al fai da te, se ne trovano di diversi tipi, con prezzi che vanno dai 30 ai 70 euro (dati di maggio 2022). Visto che il marketing spinge in questa direzione, abbiamo deciso di testare questi filtri comprandone 5 di diverse marche (vedi schede prodotti). Durante la ricerca, inoltre, ci siamo imbattuti in un filtro che viene offerto in omaggio da un'azienda del settore se si accetta di far venire un incaricato a casa. Abbiamo quindi contattato il produttore e organizzato un appuntamento, ma in quell'occasione il venditore non ci ha rilasciato alcun filtro. In compenso ha cercato di venderci un impianto a osmosi inversa molto più costoso e ingombrante. Insomma, più che un omaggio questo filtro sembra essere una strategia per attirare clienti. In parallelo al test sui filtri per il rubinetto, abbiamo quindi deciso di contattare altre aziende che vendono diversi sistemi di depurazione per l'acqua per capire cosa ci si deve aspettare se si richiede la visita a casa di uno di questi agenti (vedi box video).

IN
CIFRE

3

mesi: è la durata media di una cartuccia filtrante. Dopo va sostituita.

102 euro

il costo medio per il primo anno se si utilizza un filtro per il rubinetto

18

I parametri dell'acqua filtrata dagli apparecchi che abbiamo verificato in laboratorio

Filtri: funzionamento e costi

I filtri sono apparecchi piuttosto compatti che si avviano direttamente al rubinetto. La cartuccia filtrante è posta all'interno di un cilindro e viene attraversata dall'acqua ogni volta che si apre il rubinetto: a differenza delle caraffe e dei sistemi a osmosi inversa, la filtrazione è quindi immediata. Rimane comunque la possibilità di scegliere se e quando utilizzare l'acqua filtrata: tutti gli apparecchi del nostro test, infatti, sono dotati di una leva che consente di escludere la filtrazione in ogni momento senza svitare il filtro. La cartuccia ha una durata media di tre mesi (il tempo varia a seconda del filtro che si sceglie, vedi schede dei singoli prodotti) al termine dei quali è necessario sostituirla con una nuova. Per quanto riguarda i costi, oltre al prezzo di acquisto degli apparecchi, abbiamo tenuto in considerazione anche il costo delle cartucce necessarie a trattare l'acqua per un anno (in aggiunta a quelle già incluse nella confezione) e i costi dell'acqua potabile (il prezzo al litro a maggio 2022 era di 0,00243 €/litro). Il costo durante il primo anno per l'acquisto e per la manutenzione di un filtro varia dai 50 ai 169 euro. Abbiamo poi confrontato questi costi con quelli da sostenere se si sceglie l'acqua in bottiglia o una caraffa filtrante. Analizzando i costi medi per anno, le caraffe filtranti sono il sistema più economico: 91 euro contro i 102 dei filtri per il rubinetto e i 136 euro dell'acqua in bottiglia. ►

**Agiscono sulla
durezza dell'acqua?
No, nessun effetto
sull'addolcimento.**

**Riducono i nitrati?
No, nessun effetto.**

**Batteri: nessuna
crescita a patto
di sostituire
il filtro.**

**Modificano i sali
minerali? No,
nessuna variazione.**

**Riducono il sapore di
cloro? Sì, tutti
i filtri migliorano
il sapore dell'acqua.**



▶ Alla prova per trenta giorni

Due filtri di uno stesso prodotto sono stati installati a casa di due diversi volontari. Non essendoci un protocollo ufficiale per verificare l'efficacia di questi dispositivi, abbiamo chiesto ai nostri tester di utilizzare i filtri secondo le loro normali abitudini di utilizzo dell'acqua di casa e seguendo le indicazioni

del produttore. Dopo trenta giorni, da ciascun apparecchio abbiamo raccolto un campione di acqua filtrata e uno di acqua non filtrata e li abbiamo analizzati in laboratorio. Durezza, clorito, contaminanti e sottoprodotti della disinfezione, residuo fisso, conducibilità, nitrati, carica batterica totale: sono questi i parametri analizzati. I primi tre sono

stati inclusi per verificare l'azione dei filtri sul sapore dell'acqua, visto che tutti i produttori dichiarano che i loro apparecchi sono efficaci soprattutto da questo punto di vista. Residuo fisso e conducibilità, che insieme danno la misura del contenuto totale di sali e ioni disciolti nell'acqua, sono stati analizzati per verificare un'eventuale azione dei dispositivi sul contenuto

FILTRI: IL NOSTRO GIUDIZIO

Prezzi in euro di maggio 2022

Le stelle si riferiscono ai nostri giudizi: 5 stelle ottimo; 4 stelle buono; 3 stelle sufficiente; 2 stelle scarso. n.d. non dichiarato



Aquasan Aqua compact Filtro ecologico per acqua potabile

29 – 36 €

Costo annuo – primo anno: 50 €
Costo annuo – anni successivi: 34 €
Litri filtrati per cartuccia: 1000
Durata dichiarata per cartuccia: 3/4 mesi
Ingombro: poco ingombrante
Facilità di installazione: ★★★★★
Facilità d'uso: ★★★★★
Azione su durezza: no
Azione su nitrati: no
Azione su sapore di cloro: sì
Microbiologia: ★★★★★
Giudizio: ★★★★★

PRO: installazione semplice (anche se le istruzioni sono un po' carenti). Comodo e pratico da usare.

CONTRO: il flusso dell'acqua filtrata risulta più debole rispetto a quello normale.

COMMENTI: semplice e compatto, migliora il sapore dell'acqua. Non agisce su nitrati e durezza, ma ha buoni risultati in microbiologia.



Brita On Tap

50 – 70 €

Costo annuo – primo anno: 169 €
Costo annuo – anni successivi: 131 €
Litri filtrati per cartuccia: 600
Durata dichiarata per cartuccia: n.d.
Ingombro: ingombro medio
Facilità di installazione: ★★★
Facilità d'uso: ★★★★★
Azione su durezza: no
Azione su nitrati: no
Azione su sapore di cloro: sì
Microbiologia: ★★★
Giudizio: ★★★

PRO: comodo e semplice da usare. Il contalitri risulta molto utile per capire quando cambiare il filtro.

CONTRO: l'installazione risulta difficoltosa a causa delle dimensioni un po' ingombranti.

COMMENTI: acqua più limpida e gradevole al gusto. Non agisce su nitrati e durezza.



Laica RK10A Genova con Filtro Hydrosmart

40 – 45 €

Costo annuo – primo anno: 101 €
Costo annuo – anni successivi: 78 €
Litri filtrati per cartuccia: 900
Durata dichiarata per cartuccia: 3 mesi
Ingombro: molto ingombrante
Facilità di installazione: ★★★
Facilità d'uso: ★★★★★
Azione su durezza: no
Azione su nitrati: no
Azione su sapore di cloro: sì
Microbiologia: ★★★
Giudizio: ★★★

PRO: ha un kit di adattatori per essere montato su diversi tipi di rubinetto.

CONTRO: il flusso dell'acqua filtrata è più ampio di quello del rubinetto e a tratti irregolare.

COMMENTI: molto semplice da usare. Il sapore dell'acqua risulta leggermente diverso. Non agisce su nitrati, durezza e residuo fisso.

di minerali nell'acqua. Le analisi microbiologiche ci dicono se i filtri sono in grado di mantenere la salubrità dell'acqua. Per agire sul sapore, infatti, questi apparecchi devono rimuovere il cloro che, pur non essendo piacevole al gusto, è proprio ciò che serve per mantenere l'acqua salubre lungo gli impianti. Abbiamo poi valutato anche ingombro e facilità di installazione.

Il sapore migliora

Come dichiarato dai produttori, tutti i filtri del test agiscono sul sapore dell'acqua rimuovendo i composti del cloro. Risultati alla mano, però, questi dispositivi non hanno alcun effetto su tutti gli altri parametri. Nonostante diversi volontari abbiano giudicato l'acqua più "leggera" e "limpida", i risultati del laboratorio ►



H2O Taps Filtri per l'acqua di rubinetto

50 €

Costo annuo – primo anno: 101 €
Costo annuo – anni successivi: 68 €
Litri filtrati per cartuccia: 800-1200
Durata dichiarata per cartuccia: 3 mesi
Ingombro: molto ingombrante
Facilità di installazione: ★★
Facilità d'uso: ★★★★★
Azione su durezza: no
Azione su nitrati: no
Azione su sapore di cloro: sì
Microbiologia: ★★★
Giudizio: ★★★

PRO: migliora il sapore di cloro (anche se durante i primi giorni di utilizzo l'acqua ha un retrogusto metallico).

CONTRO: le istruzioni sono carenti e c'è bisogno di procurarsi degli adattori per agganciarlo al rubinetto. Quando il rubinetto è chiuso gocciola dell'acqua dal filtro.

COMMENTI: Non agisce su nitrati, durezza e residuo fisso.



Tapp Water TAPP 1

32 – 40 €

Costo annuo – primo anno: 90 €
Costo annuo – anni successivi: 72 €
Litri filtrati per cartuccia: n.d.
Durata dichiarata per cartuccia: 3 mesi
Ingombro: molto ingombrante
Facilità di installazione: ★★★
Facilità d'uso: ★★★★★
Azione su durezza: no
Azione su nitrati: no
Azione su sapore di cloro: sì
Microbiologia: ★★★
Giudizio: ★★★★★

PRO: semplice da installare e comodo da usare.

CONTRO: occupa molto spazio sul lavello. Scomodo per i rubinetti dritti dove lo spazio di manovra per avvitare il filtro al frangigetto è limitato.

COMMENTI: l'acqua è più limpida e il sapore migliora. Non agisce su nitrati, durezza e residuo fisso.

LE ANALISI IN 7 MOSSE

Se hai dubbi sulla qualità dell'acqua di casa Altroconsumo ha il servizio che fa per te. Vai sul sito alla pagina altroconsumo.it/acqua-potabile e segui le istruzioni per far analizzare la tua acqua in un laboratorio indipendente specializzato in analisi chimico-fisiche.

1 RICHIEDI IL PREVENTIVO Accedi alla procedura guidata attraverso il nostro sito. Tra le varie possibilità, scegli il tipo di analisi che ti interessa e poi consulta il preventivo dove sono indicati tutti i costi.

2 PAGHI CON UN BONIFICO Se confermi il preventivo, riceverai un'email che contiene tutte le istruzioni per effettuare il pagamento delle analisi tramite bonifico.

3 RICEVI I CONTENITORI Entro sette giorni dal pagamento, il laboratorio, tramite corriere, ti invia tutto ciò che occorre per effettuare il campionamento dell'acqua.

4 PRELEVI IL CAMPIONE Preleva l'acqua dal tuo rubinetto, seguendo le istruzioni che trovi nella scatola con i contenitori. Spedisci il campione il giorno stesso del prelievo.

5 SPEDISCI CON CORRIERE Chiama il corriere Tnt Global Express per concordare il ritiro dei campioni oppure portali in un Tnt Point. Usa il bollettino prepagato che ti ha inviato il laboratorio.

6 IL LABORATORIO ANALIZZA Il campione arriva al laboratorio dove saranno eseguite le analisi da te richieste. Il certificato con i risultati ti sarà spedito via email entro 15 giorni.

7 RICEVI IL CERTIFICATO Sul certificato, accanto ai valori relativi alla tua acqua, sono riportati i valori di legge. In caso di dubbi scrivi a analisiacqua@altroconsumo.it

LA PAROLA AI NOSTRI TESTER

Abbiamo raccolto pareri e domande dei volontari che ci hanno aiutato a testare i filtri per il rubinetto. Ecco dubbi e punti di vista di chi ha utilizzato per un mese questi dispositivi nella propria cucina.

1 L'acqua della mia zona contiene molto calcare. Che voi sappiate i filtri per il rubinetto agiscono sulla durezza dell'acqua? A chiederlo è Alessandro, uno dei volontari che ha provato i filtri per noi. Il confronto tra le analisi di laboratorio fatte su un campione di acqua del rubinetto e un campione di acqua filtrata ci dicono che questi dispositivi non hanno alcun effetto sulla durezza dell'acqua. Diversamente dalle caraffe filtranti, infatti, questi apparecchi non contengono resine a scambio ionico in grado di abbassare il calcare nell'acqua.

DUREZZA Non sono rari i casi come quello di Alessandro dove ci sono particolarità legate alla zona, ma in generale abbassare la durezza dell'acqua non è necessario, può solo rendere l'acqua più gradevole al gusto.



2 Sono molto attenta all'ambiente e ho scelto di provare i filtri per il rubinetto per capire se sono un'alternativa valida all'acqua in bottiglia. A porsi la questione è Tatiana che ha provato questi apparecchi per noi. Il marketing di questi dispositivi punta molto sull'aspetto ecologico proprio perché questi filtri, al pari delle caraffe filtranti, permettono di evitare l'acquisto dell'acqua in bottiglia.



SI RISPARMIA Oltre all'aspetto ambientale, scegliere i filtri per il rubinetto assicura anche un vantaggio economico. Come scritto nell'articolo, in un anno la spesa per l'acquisto e la manutenzione di questi apparecchi è inferiore rispetto a quella per l'acquisto di acqua in bottiglia. L'efficacia, però, non è paragonabile a quella delle caraffe.



VIDEO

I filtri per il rubinetto non sono l'unico modo per depurare l'acqua di casa. Le aziende, anche attraverso pratiche commerciali scorrette, propongono impianti di depurazione più costosi e ingombranti come quelli a osmosi inversa. Per saperne di più guarda la nostra video inchiesta.

altroconsumo.it/inchiesta-depuratori



dimostrano che i filtri da rubinetto non abbassano il tenore di calcare nell'acqua. Al contrario delle caraffe filtranti, infatti, questi apparecchi non contengono resine a scambio ionico in grado di incidere sulla durezza. Anche la composizione generale dell'acqua non viene alterata: non c'è stata nessuna variazione per conducibilità e residuo fisso. I filtri non sono efficaci nemmeno per la rimozione dei nitrati. Discorso a parte va fatto per le analisi microbiologiche che riguardano la carica batterica totale dell'acqua. Non possiamo dare un giudizio definitivo perché i filtri non sono stati testati in laboratorio (dove ogni aspetto è rigorosamente controllato) ma a casa dei nostri volontari dove i campioni prelevati risentono inevitabilmente della situazione microbiologica delle cucine dei nostri tester. L'impostazione con la quale è stato condotto il nostro test ci ha comunque permesso di capire se potevano esserci possibili rischi di proliferazione batterica. Nel complesso non abbiamo riscontrato una vera e propria crescita batterica

sui materiali filtranti, ma i nostri giudizi sono comunque solo sufficienti perché i valori della carica batterica dell'acqua in uscita dal filtro sono stati sempre superiori a quelli dell'acqua non filtrata.

Meglio una caraffa

Se l'idea è quella di comprare un filtro da rubinetto per abbandonare l'acqua in bottiglia o semplicemente per migliorare il sapore dell'acqua, allora meglio scegliere una caraffa filtrante. Oltre a rendere migliore il gusto, agisce abbastanza bene anche su alcuni parametri come durezza e nitrati. Inoltre, sulla base dei test fatti in laboratorio, riteniamo che sia la scelta migliore da un punto di vista microbiologico. E, nel lungo periodo, anche la più economica. ■

MAGGIORI INFO

Per scegliere la caraffa migliore vai sul nostro sito
altroconsumo.it/caraffe



L'auto più verde

L'automobile elettrica è più sostenibile di quella convenzionale.
Ma quanto? Lo rivela l'analisi dell'impronta ecologica lungo il ciclo di vita.

di Beba Minna



PROVE SU STRADA

Le analisi dell'intero ciclo di vita delle automobili prevedono prove su strada, oltre ai test di laboratorio.

Le automobili inquinano sempre, ma non tutte allo stesso modo. La diversa tecnologia incide non poco sull'impronta ecologica del veicolo, dunque sulle emissioni rilasciate e sui consumi di energia. In collaborazione con la rete internazionale di organizzazioni di consumatori di cui Altroconsumo fa parte, partecipiamo ai test Green NCAP, ovvero l'analisi dei veicoli da un punto di vista ambientale. Oltre 60 automobili elettriche, a benzina, diesel e ibride sono state sottoposte all'analisi del cosiddetto Lca (*Life Cycle Assessment*), ovvero lo studio dell'impatto di tutti i processi di produzione e di



MAGGIORI INFO

Green NCAP è un progetto indipendente che promuove lo sviluppo di automobili con un minor impatto sull'ambiente e più efficienti dal punto di vista energetico, puntando soprattutto alla riduzione del riscaldamento globale. www.greenncap.com

utilizzo del mezzo fino al suo fine vita. Dalla culla alla tomba, l'automobile viene valutata per la sua impronta ecologica sul pianeta.

Che cosa significa "ciclo di vita"

Il ciclo di vita di un'auto spazia dall'estrazione e trasporto delle materie prime che servono a produrla fino alla demolizione, allo smaltimento e al riciclo delle componenti (vedi il grafico *Lca, la vita dell'auto dalla culla alla tomba*).

In particolare, viene studiato l'impatto sul riscaldamento globale (cioè le emissioni di gas serra, come l'anidride carbonica) e il suo consumo di energia. ►



I risultati dei test completi di Green NCAP sono pubblici e disponibili sul sito www.greenncap.com. Va detto che l'analisi del ciclo di vita di un'automobile non dipende esclusivamente dal modello in sé. Ad esempio l'Lca di un'auto elettrica è legata alle caratteristiche tecniche del veicolo, ma anche a come è prodotta l'energia elettrica con cui la si ricarica: in che percentuale proviene da fonti rinnovabili e in che percentuale da fonti fossili.

Il risultato può quindi essere diverso da Paese a Paese, in base alla percentuale di energia prodotta da fonti rinnovabili in ognuno. L'Lca ha qualche limite, perché diversi aspetti (come l'estrazione dei materiali, la produzione di componenti, la logistica ...) non possono essere calcolati in modo preciso modello per modello, oppure non sono disponibili. Ecco perché si utilizzano dati medi, provenienti da enti di ricerca specializzati, ma il risultato non è un valore tecnico univoco. In compenso, l'Lca è lo strumento migliore per confrontare l'impatto di automobili di diverso tipo, in quanto è l'unico che tiene conto dell'intero ciclo di vita.

L'elettrico riduce le emissioni

In tabella pubblichiamo i risultati dei modelli migliori sul piano della sostenibilità, suddivisi per tipo di alimentazione.

Le categorie di auto nel mercato europeo vengono indicate con le lettere dell'alfabeto: i modelli del test rientrano nel segmento B e C, si tratta cioè di utilitarie e di auto di media grandezza. Sul sito Green NCAP ci sono tutte le categorie analizzate, come le citycar e le auto grandi, fino ai suv. Le vetture piccole sono quasi sempre migliori delle grandi, perché pesano di meno, consumano di meno e richiedono batterie più piccole. Se non si hanno esigenze particolari, acquistare un'auto di media o piccola dimensione è già un buon criterio di scelta ambientale. Nel test l'auto elettrica impatta molto meno sulle emissioni di gas serra lungo l'intero ciclo di vita: circa il 30 per cento in meno degli altri mezzi. Invece, rispetto all'utilizzo totale di energia non è così competitiva, anche se resta il tipo di veicolo migliore; il punto di forza delle auto elettriche rispetto a quelle tradizionali è infatti l'alimentazione con energia proveniente da fonti rinnovabili. Anche se il

EMISSIONI E CONSUMO DI ENERGIA A CONFRONTO

Vetture	Emissioni totali di gas serra (t di CO ₂ -equivalente)	Utilizzo totale di energia primaria (MWh)
Alimentazione elettrica		
FIAT 500 elettrica (118 cavalli)	29	162
HYUNDAI Kona Electric (136 cavalli)	31	176
VOLKSWAGEN ID.3 (204 cavalli)	32	173
RENAULT Zoe (108 cavalli)	32	177
NISSAN Leaf e+ (218 cavalli)	34	187
Alimentazione a benzina		
MAZDA 2 (75 cavalli)	45	182
RENAULT Clio (101 cavalli)	47	187
VOLKSWAGEN Golf (131 cavalli)	48	190
PEUGEOT 208 (101 cavalli)	48	192
SKODA Fabia (95 cavalli)	49	195
Alimentazione diesel		
SKODA Octavia Wagon (116 cavalli)	42	164
PEUGEOT 208 (102 cavalli)	43	169
AUDI A3 Sportback (150 cavalli)	47	186
SEAT Leon (150 cavalli)	48	190
MERCEDES Classe A (116 cavalli)	49	192
Alimentazione full hybrid		
TOYOTA Yaris (116 cavalli)	44	175
HONDA Jazz (109 cavalli)	46	183
TOYOTA C-HR (122 cavalli)	48	191



In laboratorio l'auto viaggia sul banco a rulli. Mentre vengono misurati i consumi e le emissioni, un apparecchio raffredda il radiatore simulando il flusso d'aria esterna.

Lca, la vita dell'auto dalla culla alla tomba

Il Life Cycle Assessment (Lca) è la quantificazione dell'impatto che un prodotto ha sul cambiamento climatico. Si basa sul calcolo delle emissioni di CO₂ equivalenti, che il prodotto causa nell'arco del suo intero ciclo di vita. Possedere queste informazioni consente alle aziende di individuare le fasi critiche su cui andare ad agire per mitigare l'impatto ambientale, ma anche ai cittadini di fare scelte più consapevoli. Lo studio Lca include tutte le fasi del ciclo di vita: dalla produzione, all'uso, fino allo smaltimento.



consumo di energia totale nell'intera vita del veicolo è più o meno lo stesso, c'è il grande vantaggio che una buona parte di questa non proviene da fonti fossili, come avviene per le auto a benzina o diesel. Il maggior ricorso a un'energia pulita permette di ridurre le emissioni di anidride carbonica e degli altri gas a effetto serra. L'elettrico, quindi, offre una prospettiva incoraggiante: più riusciremo a produrre energia da fonti rinnovabili nel prossimo futuro, più le auto elettriche ridurranno ulteriormente il proprio impatto ambientale, differenziandosi sempre più dalle vetture tradizionali, che non beneficiano della produzione di energia da fonti pulite.

Utili le prove su strada

Il punto di forza del test Green NCAP è che prevede anche prove di guida su strada molto realistiche, a differenza dei

Le auto elettriche più piccole sono anche quelle più green

tradizionali test di omologazione delle auto, che risultano spesso teorici perché realizzati solo tra le mura del laboratorio. Nelle prove di impatto ambientale in strada si nota come lo stile di guida incida fortemente sui consumi di carburante e di energia della vettura.

La differenza si nota molto soprattutto nelle auto ibride ricaricabili, cioè quelle in cui la batteria può essere ricaricata come quella di un'auto elettrica. Il risultato del test Lca dipende molto da come le si utilizza: ricaricandole spesso e viaggiando in modalità elettrica i con-

sumi sono contenuti, mentre se non le si ricarica e si passa al motore a combustione lo scenario di consumi cambia del tutto. Insomma, con questo tipo di vettura preservare l'ambiente dipende molto da noi.

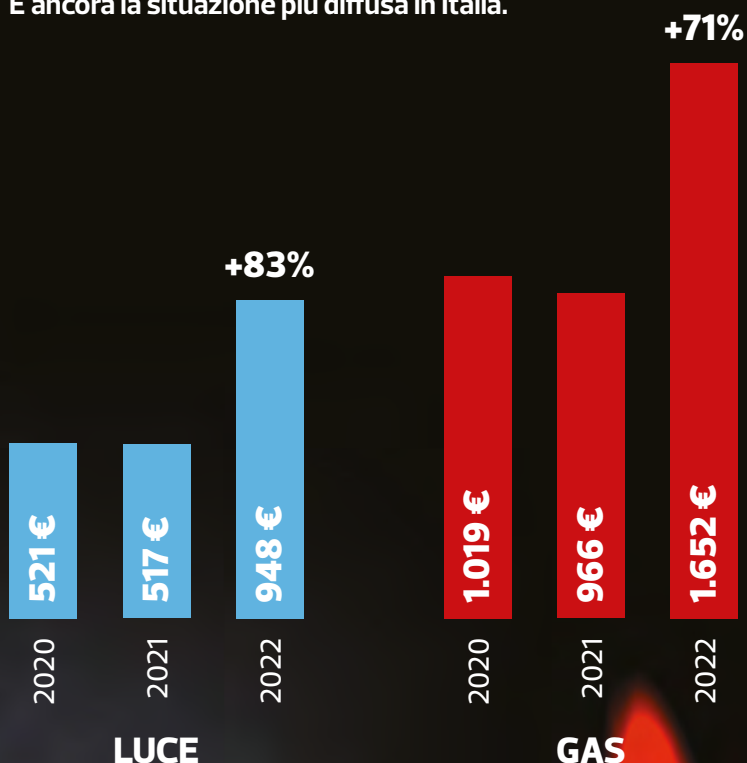
Per le auto tradizionali la combustione del carburante durante la guida è la fase più responsabile dell'impatto ambientale. Per quanto riguarda le auto elettriche, invece, la fase dell'Lca che impatta di più sull'ambiente è quella della produzione, in particolare delle batterie e del loro smaltimento a fine vita. Nel caso dell'elettrico quindi la guida dell'auto incide meno, mentre la sostenibilità complessiva è legata alla porzione di energia ricavata da fonti rinnovabili, il cosiddetto mix energetico (tra fonti esauribili e non) che varia sensibilmente tra Paesi. L'Italia è nella media europea: meglio della Polonia, ma peggio della Svezia. ■

Cara bolletta

I costi salgono in maniera inarrestabile, anche a parità di consumi.
Controlla la tua bolletta e scegli il fornitore per limitare i danni.

di Marta Buonadonna

Spesa annua di una famiglia media per luce e gas, secondo i calcoli di ARERA ad aprile 2020, 2021 e 2022 per la tariffa regolata, che si applica a chi non è passato al mercato libero. È ancora la situazione più diffusa in Italia.



Alla fine è successo. Dopo due anni di prezzi bassi, tenuti a bada sostanzialmente dalla pandemia, le bollette di luce e gas sono esplose. Facciamo i conti sul profilo standard di una famiglia media di tre-quattro persone che non è ancora passata al mercato libero (situazione in cui si trova circa la metà delle famiglie italiane) e ha un consumo annuo di energia elettrica pari a 2.700 kWh, con un contatore di potenza pari a 3 kW, e un consumo annuo di gas di 1.400 metri cubi con riscaldamento autonomo. Che cosa si scopre? Che mentre tra aprile 2020 e lo stesso mese del 2021 non c'è stata quasi alcuna variazione, se non in lievissimo ribasso, ad aprile 2022 la spesa annua per l'energia elettrica è schizzata verso l'alto, aumentando dell'83%, mentre quella per il gas del 71% rispetto all'anno precedente. All'improvvisa grande richiesta di energia, legata al ripiegamento del Covid e alla ripresa delle attività economiche, che aveva già determinato un rialzo dei prezzi, si è aggiunta la guerra in Ucraina, che ha contribuito non poco a peggiorare la situazione.

Mercato in altalena

La domanda che le famiglie si pongono adesso è: come posso limitare i danni? Al di là dei consigli pratici relativi ai comportamenti domestici (evitare gli sprechi, tollerare un paio di gradi in meno in inverno e un paio di più in estate, docce brevi, lavatrici e lavastoviglie solo a pieno carico, coperchi sulle pentole...), occorre capire se il mercato offre alternative convenienti rispetto ai contratti in essere. Se infatti fino a settembre 2021 non c'era dubbio che le offerte del mercato libero consentissero di risparmiare, oggi la situazione va valutata caso per caso. L'incertezza dovuta al perdurare del conflitto

CERCA, CONFRONTA, CAMBIA

Sul sito di Altroconsumo trovi il comparatore delle offerte per la fornitura di energia: www.altroconsumo.it/luce-e-gas. Diversi fornitori propongono tariffe ad hoc per i nostri soci. Tieni una bolletta a portata di mano per attivare la nuova offerta.

Home > Casa e energia: Elettricità e gas > Luce e gas: scegliere per risparmiare

Offerte luce e gas: confronta le migliori tariffe

I tuoi consumi di energia elettrica

Qual è il tuo profilo di consumo?

☐ Basso

☐ Basso (Casa vacanze)

☐ Medio

☒ Alto

Famiglia di tre/quattro persone. C'è sempre qualcuno in casa, anche la sera e il weekend. Gli elettrodomestici presenti in casa sono i classici e molto utilizzati: frigorifero di grandi dimensioni, asciugatrice, lavastoviglie e condizionatore. Consumo annuo di 3180 kWh, spesa annua tra i 1200 e 1600 euro.

☐ Ho la bolletta e preferisco descrivere i miei consumi nel dettaglio

CONTINUA

Cambio fornitore, informazioni utili

I nostri consigli e tutte le informazioni per utilizzare al meglio il nostro servizio

[Scopri di più >](#)

Bisogno di aiuto?

Richiedi una consulenza gratuita

Contattaci al 026961562

da Lunedì a Venerdì
dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 18:00

LA TARIFFA MIGLIORE

Vai su altroconsumo.it/luce-e-gas. Clicca su "Inizia a confrontare le offerte di luce-e-gas". Seleziona il servizio di tuo interesse, inserisci i tuoi dati o scegli il profilo standard che più si avvicina al tuo, tenendo in considerazione quante persone vivono in casa, gli elettrodomestici installati e la presenza o meno di riscaldamento autonomo, e trova la tariffa più conveniente, con la stima del risparmio annuo rispetto alla tua situazione. Le offerte sono disposte in ordine crescente in base alla stima di spesa annua: le più convenienti sono in alto. Tieni presente che la comparazione non è mai centrata solo sul prezzo, ma anche sulla qualità del servizio. A ogni fornitore viene assegnata infatti una valutazione qualitativa. È "Miglior Acquisto" l'offerta che ha la stima della spesa annua più economica tra quelle di fornitori con una qualità pari almeno a 65, ovvero buona. Se trovi la tariffa giusta, puoi cambiare provider in pochi clic.

to in Ucraina ha spinto infatti i fornitori a modificare la struttura delle proprie offerte, riducendo drasticamente quelle a prezzo fisso, che proteggono la parte di bolletta più soggetta a volatilità. Alla data della nostra ultima rilevazione quelle rimaste avevano un prezzo piuttosto alto, comunque.

Le offerte a prezzo variabile, che rappresentavano il 14% del mercato nel 2021 sono invece aumentate fino a costituirne il 60% nel 2022. Seguono l'andamento dei prezzi del mercato all'ingrosso, replicandone le variazioni nella bolletta del cliente finale, il cui importo è quindi molto variabile anche a parità di consumi.

Conosci te stesso

Come difendersi? Prima di tutto con una profonda conoscenza della propria situazione di partenza, che si può otte-

nere leggendo con attenzione la bolletta. Oltre a quella sintetica, che riportiamo a corredo dell'articolo, alcuni fornitori allegano anche le informazioni di dettaglio, mentre altri le rendono disponibili sul proprio sito. Sono informazioni importanti per capire quale prezzo unitario e quale quota fissa di commercializzazione sono applicati ai nostri consumi.

In pratica occorre:

- monitorare le comunicazioni del tuo provider per verificare eventuali aggiornamenti del prezzo (difficilmente al ribasso, di questi tempi);
- verificare quanto stai pagando in bolletta, magari perché hai ricevuto una proposta da un altro fornitore e vuoi fare un primo confronto tra i prezzi;
- sapere dove recuperare le informazioni essenziali, come ti spieghiamo nel riquadro "Ecco come leggere la bolletta". ▶



ABBASSA LA BOLLETTA

Anche per il 2022 Altroconsumo ha messo in campo il gruppo d'acquisto dell'energia. L'aggregazione dei consumatori è sempre un ottimo strumento per cercare di ottenere un prezzo migliore e delle forniture competitive. Wekiwi si è confermato vincitore anche in quest'edizione, con offerte di luce e gas che garantiscono un risparmio di circa 200 euro rispetto alle tariffe del mercato regolato. Per partecipare vai su www.altroconsumo.it/gruppoacquisto/abbassalabolletta.

ECCO COME LEGGERE LA BOLLETTA

Contiene informazioni importanti, sia per chi è ancora nel mercato regolato e ha visto crescere i costi sia per chi è nel mercato libero, dove i provider aggiornano periodicamente le condizioni economiche. Di tanto in tanto è quindi importante verificare quanto stai pagando.

MERCATO LIBERO
ottobre 2020 - novembre 2020
ENERGIA ELETTRICA

1
Bolletta N° 04E1E515203736916 del 16 dicembre 2020 - Fattura Elettronica N° 04E1E515203736916

Gentile
PIA ROSSI
VIA RICCA 28
00187 ROMA

2

Punto di fornitura
VIA RICCA 28
Potenza impegnata: 3 kW
Potenza massima prelevata: 2,4 kW ott 20 - 2,5 kW nov 20
Tipologia cliente: Domestico residente

Codice Cliente
POD

3

VUOI PAGARE CON IL TUO SMARTPHONE?
Inquadra il QR Code per procedere al pagamento

Spesa
€
92,03

4

EDISON INFORMA
Scopri le novità di Edison su www.edisonenergia.it

Spesa per l'energia 34,88 €
Spesa per il trasporto dell'energia elettrica e la gestione del contatore 18,35 €
Spesa per gli oneri di sistema 22,67 €
Totale imposte e IVA 16,13 €
Totale bolletta 92,03 €

5

La sua offerta: EDISON WEB LUCE, attiva dal 01/03/2020, prevede un prezzo fisso della componente energia pari a F0 = 0,0300 €/kWh, F1 = 0,0430 €/kWh, F2 = 0,0230 €/kWh, F3 = 0,0230 €/kWh. Opzione attiva: bioraria.

I dettagli della bolletta sono disponibili su clienti.edisonenergia.it.
La fattura elettronica valida ai fini fiscali è disponibile nella sua area riservata del sito web dell'Agenzia delle Entrate.

Da pagare entro il **01** gennaio 2021
Il pagamento sarà addebitato su BANCA
Intesa Sanpaolo
I pagamenti precedenti sono regolari.
Grazie!
Prossima bolletta: febbraio 2021

Consumi
542 kWh

6

Lecture contatore n° 04E1E515203736916

	F0	F1	F2	F3	Totale
Reale del 01/00/2020		8.147	11.904	31.720	
Reale del 31/00/2020		8.225	11.987	31.834	
Reale del 30/00/2020		8.302	12.061	31.950	

Consumi in kWh

	F0	F1	F2	F3	Totale
Effettivi 01/00/2020 - 30/00/2020		155	157	230	542

Consumi fatturati (energia attiva) - kWh

	F0	F1	F2	F3	Totale
Consumo annuo - kWh		570	426	804	1.800

F1: Da Lunedì a Venerdì (8:00 - 19:00)
F2: Da Lunedì a Venerdì (7:00 - 8:00; 19:00 - 23:00) e Sabato (7:00 - 23:00)
F3: Da Lunedì a Sabato (23:00 - 7:00), Domenica e festivi

Servizio Clienti
800.031.141 da rete fissa
02.8251.8251 da cellulare
Servizio Autolettura 800.031.141
Fax Verde 800.031.143

Comunicazione e reclami: EdisonEnergiaSpA,
Servizio Clienti, CP 94 20080 Basiglio MI
Emergenza guasti 803 500

7

- 1 Prima di tutto è indicato se il cliente è sul mercato libero o in quello di maggior tutela.
- 2 Poi ci sono i dati relativi all'intestatario e le caratteristiche della fornitura.
- 3 Seguono le informazioni di carattere tecnico, come i codici POD per l'energia elettrica e PDR per il gas, utili al momento di cambiare fornitore.
- 4 Quindi c'è l'importo da pagare e il termine entro cui va saldato.
- 5 Il dettaglio del totale bolletta è composto da quattro voci. La spesa per l'energia è prevalentemente costituita dai prezzi dell'energia o del gas applicati ai consumi e dalle quote fisse di commercializzazione: qui si gioca la concorrenza tra i diversi fornitori. Poi c'è la spesa per il trasporto (dalle centrali elettriche o dai metanodotti) e la gestione del contatore, i cui costi non dipendono dal fornitore, né tra mercato libero o regolato, ma variano in base ai consumi. Sulla spesa per oneri di sistema da giugno 2021 si sono concentrati gli interventi del Governo, per limitare il caro energia. Nelle bollette elettriche più recenti gli importi sono pari a zero. Quanto all'IVA, il Governo ha abbassato quella sul gas al 5%.
- 6 La sezione su consumi e letture è una tra le più importanti per capire quanto stai spendendo. Il fornitore deve specificare se le letture del contatore sono effettive, se sono autoletture o se si tratta di consumi stimati, a rischio di futuri conguagli.
- 7 I recapiti per i reclami o le richieste di informazioni devono essere ben visibili.

TROPPE PRATICHE SCORRETTE

I fornitori di energia sono molto aggressivi nel cercare di accaparrarsi clienti. E spesso danno informazioni false o incomplete per convincerci a cambiare gestore. Ecco le più diffuse.

COSA TI DICONO «Il mercato di maggior tutela ha le ore contate. Meglio affrettarsi a scegliere un gestore altrimenti si rischia di restare senza fornitura». A volte chi ti chiama si spinge a dire che hai tempo solo fino a fine mese per passare al mercato libero.

LA VERITÀ «Il superamento della tutela (...) per le famiglie è previsto entro il 10 gennaio 2024», si legge a chiare lettere su sito dell'Authority. È bene essere consapevoli di questa data proprio per non credere ai falsi allarmismi di chi vuole venderti qualcosa. In realtà non c'è nessuna fretta, né alcun pericolo di interruzione della fornitura: hai tutto il tempo di scegliere il fornitore più adatto alle tue esigenze, informandoti prima adeguatamente sulle varie offerte.

COSA TI DICONO «Noi produciamo direttamente l'energia elettrica, gli altri la acquistano da noi, per questo il nostro prezzo è inferiore».

LA VERITÀ Non importa dove le aziende comprino l'energia, quello che conta è il prezzo finale. Richiedi sempre documentazione scritta dell'offerta.

COSA TI DICONO «C'è un modo per azzerare le bollette».

LA VERITÀ Di solito frasi di questo tipo girano sui social. Si tratta di sistemi di vendita piramidale, perciò è bene che tu sappia che la tua capacità di azzerare la bolletta dipende dalla tua abilità di venditore. In pratica devi procacciare altri clienti al fornitore.

COSA TI DICONO «Abbiamo notato che il tuo contratto è in scadenza: le proponiamo di passare alla nostra offerta».

LA VERITÀ Come mai chi ti chiama sa che il tuo contratto è in scadenza? Questa è chiaramente una scusa per agganciarti. Il tuo fornitore non ti chiamerebbe al telefono per dirti che il contratto è in scadenza, te lo comunicherebbe per iscritto.

COSA TI DICONO «È cambiato il suo fornitore di zona, ora è subentrata una nuova società. Lei non dovrà fare nulla».

LA VERITÀ Se non devo fare nulla perché mi chiamate? E poi informazioni di questo tipo arrivano eventualmente in forma scritta: diffida sempre di telefonate come questa.

Una scelta consapevole

Una volta sbrogliata la matassa della tua bolletta e capito quanto stai pagando per la materia prima, il trasporto e la distribuzione, potrai valutare la soluzione che ti fa risparmiare di più, tra le varie offerte disponibili sul mercato.

Monitora l'andamento delle tue bollette e le offerte del mercato

Vista la volatilità dei prezzi, abbiamo tutti l'esigenza di rimanere aggiornati sulla convenienza della nostra fornitura. Un'attenzione particolare dovrà averla chi ha sottoscritto un contratto a prezzo fisso a prezzi bassi, per esempio a metà del 2021, e oggi è prossimo alla rinegoziazione della tariffa. Il consiglio per questi consumatori è di non cambiare immediatamente, ma di utilizzare il nostro comparatore per verificare la stima di spesa annua delle offerte attualmente disponibili, confrontandole con quella della sua fornitura attuale.

Offerte variabili: risparmio possibile?

Le offerte a prezzo variabile, come abbiamo visto, compongono oggi la maggior parte del mercato. In queste, mentre costi di trasporto, distribuzione, oneri di sistema, accise e IVA sono applicati in modo analogo a quanto avviene per le offerte a prezzo bloccato (perché sono importi decisi dall'Authority e dallo Stato), ciò che varia è il modo in cui è applicato il prezzo della componente energia. Questo è infatti indicizzato con i mercati all'ingrosso e aggiornato ogni mese o ogni tre mesi. Tipicamente aumentano le spese in inverno, quando i consumi si impennano, e diminuiscono sensibilmente in primavera ed estate (soprattutto il gas, visto che si spengono i caloriferi). I fornitori più virtuosi mettono in campo anche meccanismi per mitigare la volatilità dei prezzi, magari applicando bonus che riducono le quote fisse e abbassano la spesa; se sono di importo elevato (dai 70 euro in su), la spesa comincia a esserne influenzata in modo positivo. Il tutto va però verificato caso per caso, utilizzando il nostro calcolatore online con i tuoi dati e le informazioni sulla tua

fornitura. Nelle offerte a prezzo variabile anche le abitudini di consumo incidono sul risparmio. Chi ha consumi medio bassi, magari perché abita in zone dal clima mite, può ottenere benefici interessanti grazie a bonus ed eventuali sconti sulla componente energia, compensando così la maggiore variabilità del prezzo. Se alla fine della tua ricerca avrai scoperto che la stima della spesa annua (parametro che sintetizza tutti gli aspetti della fornitura: quote fisse, variabili, sconti) di qualche fornitore è inferiore a quella del tuo fornitore attuale, potrai scegliere se cambiare: e, in caso, farlo direttamente dall'interno del comparatore. ■

FIRMA LA PETIZIONE

La crisi energetica si sta abbattendo in modo feroce sulle tasche dei cittadini. Firma anche tu il nostro appello alle istituzioni per fermare il caro bollette.

www.altroconsumo.it/petizione-energia



CENTRACQUISTI ALTROCONSUMO

SCEGLI TRA I MIGLIORI



Su Centracquisti Altroconsumo powered by Monclick, avrai la possibilità di acquistare ad un prezzo dedicato ai soci una selezione di prodotti, da piccoli a grandi elettrodomestici: televisori, decoder, tablet, notebook, ma anche lavatrici, frigoriferi e molto altro.



www.centracquisti.it

PAGA CON L'APP

Satispay permette, tramite smartphone, di fare acquisti online e nei negozi convenzionati e di scambiare denaro con gli altri utenti che hanno l'app.

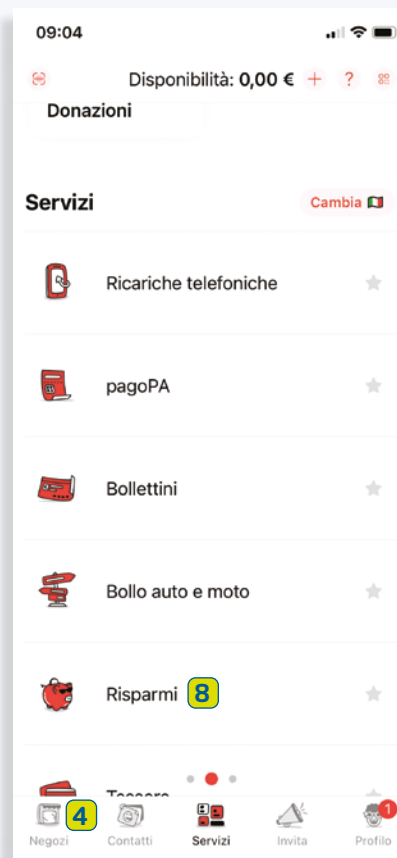
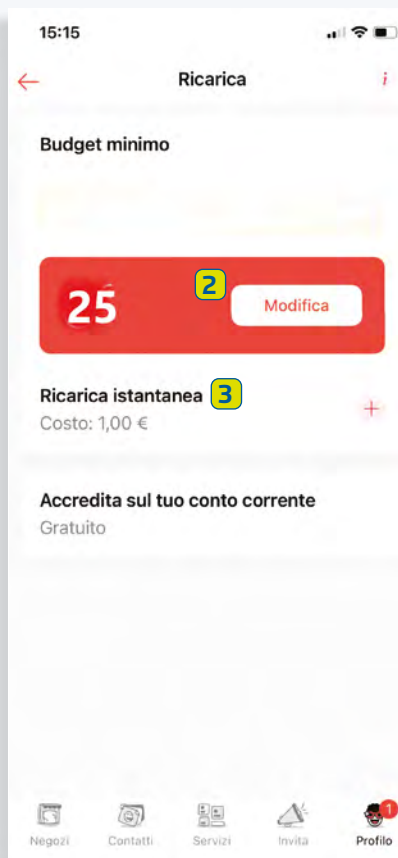
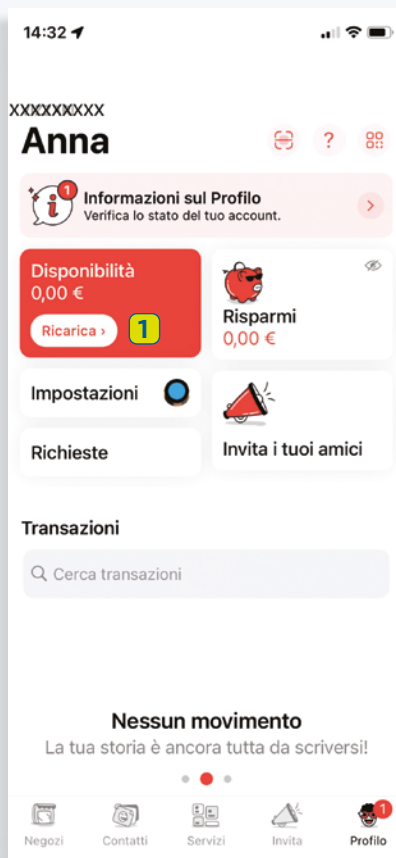
a cura di **Marzio Tosi**

Satispay è un'app che permette di fare acquisti online, pagamenti nei negozi convenzionati (sono 150mila in Italia), scambi di denaro tra privati (purché entrambe le parti abbiano Satispay), pagamenti dei bollettini pagoPA (quelli della pubblica amministrazione) e del bollo auto e moto. Per scaricare gratuitamente l'app sullo smartphone bisogna essere maggiorenni e titolari di un conto corrente. Il conto Satispay è un conto prepagato, che si ricarica ogni settimana attraverso un addebito diretto sul conto corrente abbinato. Per fare i pagamenti non c'è bisogno di alcuna carta: tutto avviene tramite app, sulla quale è precaricato l'importo disponibile. Il servizio non costa nulla e non prevede costi di ricarica. Le uniche spese sono rappresentate dalle commissioni applicate da alcune banche sulle ricariche: mentre, per esempio, Unicredit, Banco Bpn, Credem, Bnp Paribas e Fineco non fanno pagare nulla, tra chi chiede la commissione si va da 0,4 euro a ricarica per Poste Italiane fino a 2 euro per BPER. Come per le app delle banche, anche Satispay deve rispettare standard di sicurezza elevati sulle transazioni. In caso di perdita o furto dello smartphone su cui si trova un conto Satispay, bisogna bloccare sia il conto stesso, (scrivendo a assistenza@satispay.com) sia lo smartphone e fare denuncia alle autorità di pubblica sicurezza. Dopo il blocco nulla potrà essere addebitato, mentre prima del blocco la responsabilità è al massimo di 50 euro.



IMPOSTA IL BUDGET SETTIMANALE E DECIDI LE RICARICHE

1



Una volta scaricata l'app, devi attivarla: devi inserire numero di telefono, l'email (su cui si riceveranno i codici usa e getta da inserire per confermare i pagamenti) e l'iban del conto corrente di appoggio. Inserendo il codice promo ALTROSATIS, riservato ai soci Altroconsumo, hai diritto a 5 euro di accredito iniziale sul conto. Devi anche caricare la foto della carta di identità (seguendo le istruzioni). Poi devi fare un selfie, così che l'istituto di pagamento verifichi la tua identità. Dopo circa 3-5 giorni riceverai una notifica sull'app e potrai attivare il servizio, autorizzando Satispay Europa a fare addebiti diretti

sul tuo conto corrente per ricaricare il conto Satispay.

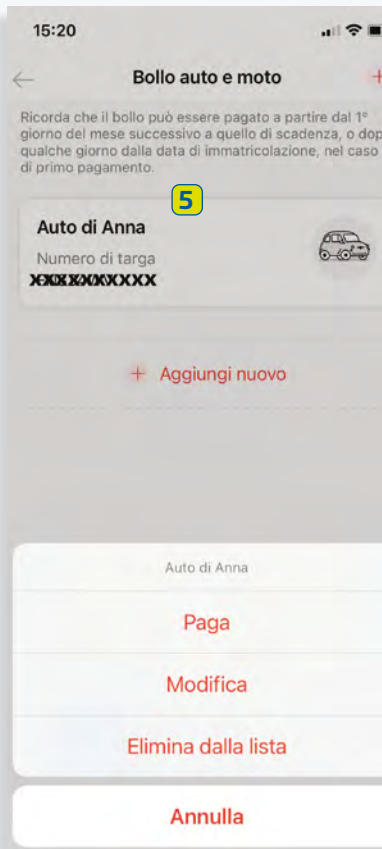
1. Per impostare il 'Budget', cioè l'ammontare minimo di denaro che vuoi avere ogni settimana sul conto Satispay, vai su 'Profilo' e poi su 'Ricarica', selezionando l'importo desiderato. Se, per esempio, scegli come budget 100 euro, in base a quanto hai speso in quella settimana il conto ti verrà ricaricato (alle 23.59 della settimana successiva tu disponga dei tuoi 100 euro settimanali).

2. Nella sezione 'Ricarica' puoi modificare il budget settimanale.

3. Se hai necessità di fare un pagamento, ma il tuo budget settimanale non è più sufficiente, puoi fare una ricarica istantanea (al costo di 1 euro), che sarà accreditata in pochi minuti sul conto Satispay.

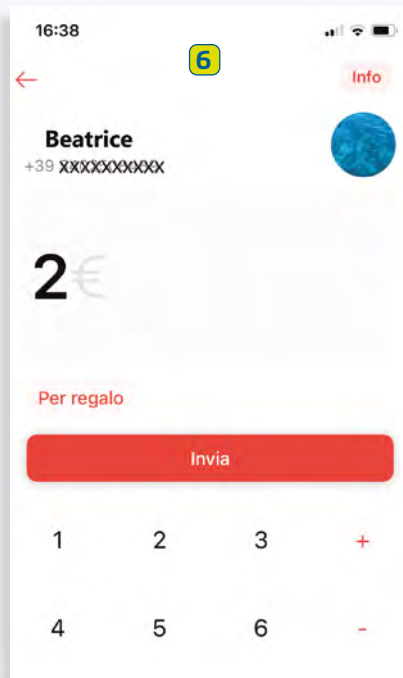
4. Per pagare in un negozio convenzionato, selezionalo nella sezione 'Negozii', digita l'importo della spesa e dai conferma (negli smartphone di nuova generazione puoi fare tutto tramite il QRCode generato dalla cassa del negoziante). Molti negozi prevedono promozioni e il cashback di una percentuale di quanto pagato (di solito il 10%).

EFFETTUA I PAGAMENTI CON L'APP



5. Dalla sezione 'Servizi' puoi pagare il bollo auto o moto. Nell'apposita schermata devi inserire il numero di targa del tuo veicolo e poi cliccare su 'Paga' (la ricevuta di pagamento la trovi nella sezione 'Profilo'). Sempre dalla sezione 'Servizi' puoi anche pagare i bollettini pagoPA (quelli della pubblica amministrazione): vai nell'apposita schermata (qui non mostrata) e con l'app inquadra il QRCode presente sul bollettino oppure inserisci manualmente il codice Avviso (l'operazione costa 1 euro).

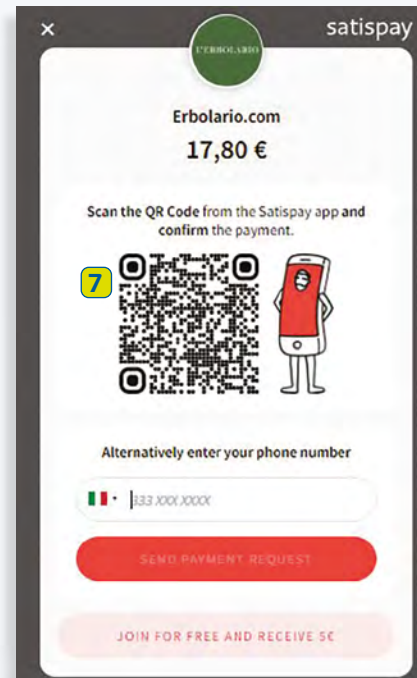
6. Dalla sezione 'Contatti' puoi



scambiare denaro con i tuoi contatti se anche loro hanno l'app Satispay (l'operazione non costa nulla): scegli il contatto o inquadra il relativo QRCode e inserisci l'importo da trasferire.

Puoi anche aggiungere una frase di commento per far capire a che cosa è dovuto lo scambio di denaro. Nella sezione 'Contatti' c'è anche la funzione 'Richiedi denaro' (qui non mostrata), utile se devi raccogliere soldi per una colletta o per un regalo, ovviamente sempre tra contatti che dispongono di Satispay.

7. Con Satispay puoi fare pagamenti online. Per prima cosa, ovviamente, guarda se il negozio online, nella sua home page, tra i vari tipi di pagamento accettati, comprende anche Satispay. Quindi, direttamente dal carrello degli acquisti del negozio, tra le varie opzioni,



scegli Satispay. A questo punto il sito genererà un QRCode: per pagare, inquadralo con l'app (in alternativa, puoi inserire il tuo numero di cellulare abbinato al conto Satispay, su cui ti arriverà il messaggio per il pagamento).

8. All'interno della sezione 'Servizi' trovi la voce 'Risparmi' (vedi Figura 1 punto 8), che ti permette di creare salvadanai digitali in modo da accantonare automaticamente denaro attraverso l'impostazione di alcune regole (accantonando il resto di ogni pagamento fino ad arrotondarlo all'euro, accantonando il cashback degli acquisti oppure facendo accantonamenti a scadenze prestabilite).

L'importo di questo tuo salvadanaio digitale può essere in qualsiasi momento trasferito nella disponibilità del conto Satispay e da qui sul tuo conto corrente.

Se il videogioco si fa serio



Quali sono i diritti di chi acquista videogame e quali tecniche usano gli sviluppatori per indurre i giocatori a spendere? Ecco a cosa stare attenti.

di Matteo Metta

Sui videogiochi si può pensare tutto il bene e tutto il male del mondo. C'è chi li considera l'ottava arte, fabbriche di creatività nelle quali disegnatori e scultori 3D, matematici e musicisti, psicologi e narratori creano mondi nuovi, fantasmagorici e avvincenti. Un decreto del ministero della Cultura lo scorso anno ne ha riconosciuto il valore artistico, aprendo loro l'accesso agli sconti fiscali (tax credit) previsti per il cinema e gli audiovisivi. Del resto il mondo videoludico si è già appropriato di spazi museali prestigiosi – dal MoMA di New York al Victoria and Albert Museum di Londra –, e anche in Italia ha dato vita a diverse mostre, l'ultima a Trieste, *Videogames!* Oltre agli altari,

i videogiochi conoscono bene anche la polvere: sono spesso accusati di provocare nei loro utenti disturbi comportamentali e dipendenza. Un giornale statale cinese si è spinto a definirli «droghe elettroniche», causando così il crollo in borsa delle quotazioni dei più importanti publisher (sono risalite solo dopo che la notizia è stata rimossa dal sito). Una tale polarizzazione di opinioni trova fondamento nella natura stessa dei giochi elettronici, un mondo in cui coesistono videogame didattici ed educativi, che stimolano la conoscenza, il pensiero critico, la creatività e l'agonismo, e quelli che invece pullulano di violenza, espressioni scurrili, razzismo, discriminazione e gioco d'azzardo.

Come evitare scelte sbagliate

Anche i videogiochi che sembrano innocui possono nascondere trappole psicologiche: ecco perché non bisogna mai acquistarli a scatola chiusa. È sempre meglio scaricare la demo dal sito del publisher oppure la versione di prova. Per farsi un'idea del funzionamento e del tipo di gioco si possono guardare anche i video su YouTube ([youtube.com/gaming](https://www.youtube.com/gaming)) dei gamer che si riprendono mentre giocano, e leggere in qualche forum i commenti e le recensioni di chi lo sta già usando. Da evitare l'acquisto di videogame appena usciti: i publisher, per tagliare i costi di test pre-lancio, sempre più spesso immettono sul mercato prodotti incompleti o pieni di difetti. Quindi meglio aspettare

PLAY TO EARN

Il gioco cede il passo al business

Da videogiocatori a investitori finanziari che trattano “titoli” ad alto rischio. L'industria dei videogiochi sta creando “borse virtuali” in cui gli utenti comprano e vendono Nft.

C'è una bolla finanziaria nel nuovo orizzonte dei videogiochi? Sono in molti a chiederselo da quando i videogame permettono ai giocatori di mettere in vendita personaggi, icone, skin e altri accessori digitali da loro stessi disegnati. Come? Attraverso lo scambio di monete virtuali. L'unicità dell'oggetto digitale è garantita da un Nft (*Non fungible token*), un codice univoco associato solo a quell'accessorio, registrato e assicurato da una blockchain. Con queste caratteristiche l'Nft può diventare un elemento da collezione ed essere rivenduto dal suo proprietario. Nft famosi sono i gattini di CryptoKitties, acquistabili con criptovalute, oppure gli Axie, le creature simili ai Pokémon di Axie Infinity. Lo schema è quello del “play to earn”: si promettono guadagni ai giocatori attraverso un vero e proprio mercato di scambi. Su Axie Infinity, ad esempio, è possibile scambiare i personaggi e farli accoppiare creandone di nuovi, ma per ognuna di queste operazioni la piattaforma pretende una commissione. In altri casi si possono acquistare pezzi di terreno di un Metaverso (mondo virtuale) per costruire ambienti, case, negozi, attività virtuali da noleggiare o rivendere, come

accade con The Sandbox, il gioco che consente di comprare pezzi di terreno sui quali costruire un proprio ambiente virtuale. Qui il gioco finisce, perché si esce dall'ambito ludico per entrare nel mondo degli affari. Gli utenti sono coinvolti in un sistema virtuale di compravendite che richiede la stessa attenzione e la stessa capacità di valutazione necessarie per accedere a un investimento in campo immobiliare, artistico o finanziario. Chi pensa di guadagnare o di arricchirsi in questo modo può andare incontro a cocenti delusioni e a ingenti perdite, perché non è possibile sapere se l'oggetto sul quale si sta investendo acquisterà valore o troverà mai un acquirente. I costi invece sono certi, dal momento che per comprare un oggetto o per creare Nft bisogna affrontare spese e commissioni. Infatti per gestire criptovalute e blockchain bisogna dotarsi – spendendo soldi veri – di un portafoglio virtuale (“wallet”) e pagare commissioni per l'acquisto della valuta virtuale e per gli scambi. Meglio starne alla larga se non ci si vuole scottare, anche perché non ci sono ancora norme specifiche. Per ora le novità non sfondano e gli utenti stanno alla finestra: sono di più gli scettici che gli entusiasti.

qualche mese, quando sarà chiaro che lo sviluppatore ha deciso di supportare il gioco con aggiornamenti che risolvono errori e problemi. Molto importante è controllare l'etichetta PEGI (*Pan European Game Information*), il sistema di classificazione che dà informazioni su limite di età, idoneità dei contenuti, assenza di determinati pericoli e possibilità di fare acquisti “in game”. Oltre alla lingua del gioco e alla compatibilità con la console di casa, è utile verificare quanti giocatori possono sfidarsi. Ogni piattaforma ha la possibilità di configurare un sistema di controllo parentale su contenuti, tempi di gioco, possibilità di spendere soldi e modalità con cui i giocatori possono

interagire tra loro. Lo si può fare dal sito tuttosuivideogiochi.it/controlli-parentali. Benché sia impossibile essere sempre presenti quando i nostri figli usano il videogioco, è importante esserci nel momento della registrazione e della sua installazione, e fare un test insieme.

Su supporto fisico o in digitale

Acquistando un videogame su supporto fisico (disco) ci si assicura di poter giocare senza limiti di tempo né di contenuto. Lo si può prestare o rivendere agli amici senza problemi. Se l'acquisto di un gioco fisico non è avvenuto in negozio, bensì online, lo si può restituire entro 14 giorni dalla consegna, sempre che la confezione non sia stata aperta e risulti ancora ▶

IL NOSTRO ESPERTO



Bianca Luongo
Relazioni esterne istituzionali

«I modelli di business dell'industria videoludica sono in continua evoluzione. Negli ultimi anni le microtransazioni, ossia le vendite in game di contenuti digitali aggiuntivi, sono diventate una importante fonte di entrate per il settore. Grazie anche a una segnalazione di Altroconsumo per pratiche commerciali scorrette, l'Antitrust nel 2020 ha raccolto da parte di alcuni fornitori di videogame l'impegno a garantire maggiore trasparenza e a migliorare la consapevolezza degli utenti. Si sono impegnati per esempio a riportare in posizione molto visibile il pittogramma PEGI, che indica la presenza degli acquisti in game, insieme all'avvertenza che, all'interno del gioco, sono possibili pagamenti tramite denaro reale, anche se questo viene trasformato in valuta virtuale. Inoltre, nei videogiochi che includono le loot box deve esserci un disclaimer ben in evidenza che informa della loro presenza. Il mondo videoludico vede come ultima novità l'arrivo degli Nft (*Non fungible token*), ovvero rappresentazioni di personaggi e altri oggetti digitali da collezione che – dotati di un certificato di proprietà – possono essere ceduti e rivenduti. L'obiettivo è di realizzare lauti guadagni, confidando in un'alta domanda. Al momento non esiste uno standard e non è chiaro se il fenomeno sia l'inizio di una rivoluzione o il preludio di una bolla speculativa. Naturalmente spingiamo affinché il settore sia regolamentato e monitoriamo gli sviluppi, pronti a intervenire a tutela dei consumatori».

Trappole psicologiche per farci spendere

I meccanismi di monetizzazione usati da chi sviluppa videogame consistono nell'indurre il giocatore a fare piccoli acquisti "in game" (microtransazioni) per assicurarsi elementi migliorativi e facilitazioni. Ma a furia di microtransazioni si può arrivare a migliaia di euro.

Free to play (freemium)

Il videogame che adotta la formula "freemium" è solo in apparenza gratuito. Si scarica o si inizia a giocare online senza pagare alcunché (free): peccato che per avanzare nel gioco, acquisire più potenza o garantirsi accessori, come abiti, armi e personalizzazioni che rendono l'ambiente più avvincente, bisogna invece mettere mano al portafogli (premium).



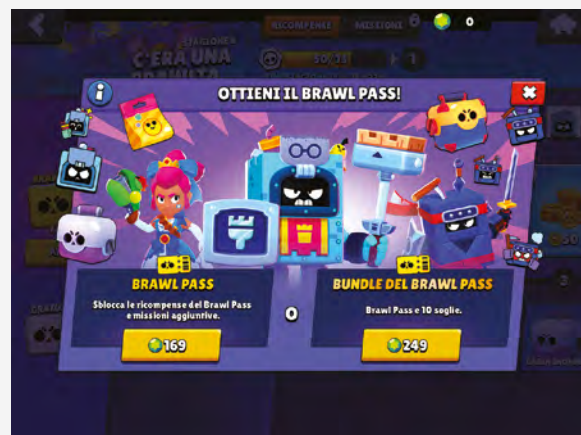
Pay to win

Con la modalità "pay to win" si compie un passo in più: il superamento di certi livelli è consentito solo dietro pagamento oppure attraverso l'acquisto di facilitazioni sotto forma di velocità, pozioni magiche, armi. Più si paga più si vince. Spesso gli acquisti sono fatti cedendo dobloni, gemme o altre monete di fantasia, che però devono essere acquistati con soldi veri.



Pay to play

Nei videogiochi "pay to play" i gamer che hanno già acquistato il gioco possono essere invogliati a fare acquisti in game, in modo da essere meglio attrezzati (con oggetti, armature, funzionalità...). Insomma, si paga per essere avvantaggiati e sentirsi più forti.



Loot box

Dopo che in alcuni Paesi le hanno vietate, le "loot box" (scatole virtuali con un contenuto a sorpresa) si incontrano meno frequentemente nei videogiochi. Chi acquista questi pacchetti fa una scommessa, sperando di trovare il contenuto desiderato (il bottino, in inglese "loot"), cioè un potenziamento, mosse speciali, skin o armi. Ma è tutt'altro che certo che lo si trovi. Le loot box introducono nel gioco una componente di rischio che può essere assimilata all'azzardo.

► sigillata. Se invece si decide di tenerlo, meglio fare una copia di riserva, in modo da non perdere il gioco nel caso in cui l'originale si danneggi. Un accorgimento che, se non può essere impedito per contratto, potrebbe esserlo nei fatti, dal momento che spesso i produttori rendono l'operazione tecnicamente impossibile. Il videogioco acquistato in formato digitale – scaricandolo dal sito o dall'app dell'editore oppure da piattaforme come Steam, Uplay, Google Play Store e Apple Store – non sempre diventa di proprietà dell'acquirente: esistono anche versioni a tempo. Solo i videogame a tempo indeterminato possono essere rivenduti a terzi cedendo le credenziali; chiaramente si dovrà cancellare la copia scaricata sul proprio dispositivo oppure renderla inutilizzabile.

Le formule di abbonamento

Oltre all'acquisto singolo esistono diverse formule di abbonamento. Alcune consentono l'accesso a un catalogo di videogiochi, da scaricare oppure da usare in streaming su pc, smartphone o console di gioco. Altre volte l'uso della piattaforma è gratuito, ma per accedere ad alcuni giochi occorre pagare. In ogni caso non si acquista mai la proprietà del contenuto: scaduto l'abbonamento i giochi non sono più accessibili. Prima di abbonarsi, oltre a controllare che ci siano i titoli che ci interessano e che l'offerta dei giochi sia del genere che fa al caso nostro, è bene anche verificare la frequenza con cui il catalogo viene aggiornato. Se il servizio è fornito in streaming, bisogna accertarsi che la velocità di connessione necessaria sia in linea con quella garantita dalla nostra connessione domestica; in caso contrario il gioco potrebbe girare male o perdere la connessione. È utile assicurarsi che il servizio offra un periodo di prova gratuito. Infine, poiché l'abbonamento potrebbe rinnovarsi in automatico se il cliente non invia la disdetta entro il termine previsto dal contratto, meglio controllare qual è la modalità di disdetta e il termine entro cui va presentata. È importante che ci siano un numero di telefono e un indirizzo email, utili in caso di dubbi e problemi.



IL DIRITTO DI RECESSO PER I VIDEOGAME ACQUISTATI ONLINE SI PERDE NON APPENA SI INIZIA A GIOCARE

Condizioni contrattuali carenti

Il venditore online ha il dovere di indicare con chiarezza i requisiti software e hardware necessari a far funzionare il videogame e di fornire assistenza. Se il download non va a buon fine – ad esempio perché il gioco non è compatibile con l'hardware del cliente – il servizio deve poter essere recuperato senza lungaggini. Se ciò non avviene, il cliente può risolvere il contratto facendosi restituire l'importo pagato. Online abbiamo rilevato che le condizioni contrattuali di fornitura sono spesso inadeguate, scritte soltanto in inglese e comunque non conformi alle norme a tutela dei consumatori in Europa e in Italia. Niente paura, però, perché le regole si applicano comunque e nessuna esenzione di responsabilità può essere fatta valere, anche se accettata dal cliente.

Diritto di recesso a rischio

Per i videogiochi comprati online il cliente ha 14 giorni per cambiare idea e recedere (senza fornire alcuna spiegazione). Se è un disco in una confezione, basta rispedire al venditore la scatola intonsa. Invece per quelli erogati online, senza supporto materiale, è possibile recedere solo se il gioco non è stato ancora utilizzato. Si sa che chi acquista un gioco di solito lo usa subito, è per questo che la legge prevede un'incombenza in più per il venditore: se il giocatore vuole iniziare a giocare nei primi 14 giorni, quando cioè vige il diritto di recesso, il venditore deve raccogliere dal cliente il consenso esplicito a iniziare il gioco e l'accettazione del fatto che ciò comporta la perdita del diritto di recesso. Il venditore è tenuto a rilasciare al cliente una ricevuta. Se queste regole non vengono rispettate, il cliente potrà recedere senza spese, anche se ha iniziato a giocare.

Far valere la garanzia

Indipendentemente dal supporto – fisico o digitale – i videogiochi sono coperti dalla garanzia legale di due anni, a partire dalla consegna del prodotto. Se invece si sottoscrive un abbonamento che prevede una fornitura continuativa, la garanzia è valida per tutta la durata dell'abbonamento. Al momento dell'acquisto il cliente deve ricevere un promemoria sulla garanzia. Si può far valere qualsiasi problema di funzionamento del gioco, così come la non conformità alle caratteristiche pubblicizzate. Il gioco deve avere le stesse caratteristiche della versione di prova e dell'anteprima. Sono coperti da garanzia anche gli accessori e le conseguenze dei mancati aggiornamenti. In caso di problemi, se il venditore rifiuta di ripristinare il gioco, il cliente ha diritto a risolvere il contratto e alla restituzione di quanto pagato. Stesso diritto se il difetto si ripresenta e non viene risolto in tempi accettabili. Per i difetti lievi, che consentono comunque all'utente di godere del gioco, è previsto un rimborso parziale, in proporzione al disservizio. Il rimborso parziale è consentito anche nel caso in cui il gioco non sia utilizzabile per un certo periodo di tempo.

E se il gamer ha creato contenuti all'interno del gioco? Ha diritto di recuperarli, senza alcuna spesa.

Sempre aggiornati

Gli aggiornamenti, che devono essere sempre rilasciati gratuitamente, sono una parte importante del ciclo di vita del videogame, spesso necessari per correggere piccoli bug e problemi segnalati dai giocatori, o per risolvere veri e propri errori. Altre modifiche sono consentite (senza costi aggiuntivi per l'utente) solo se previste dal contratto e se motivate in modo chiaro e comprensibile. Se si tratta di una modifica che può incidere negativamente sul contenuto o sull'utilizzo del gioco, il consumatore ha diritto di recedere gratuitamente entro 30 giorni dalla comunicazione della modifica. Se invece l'utente rinuncia alla modifica, preferendo mantenere il gioco così com'è, perde il diritto di recesso. ■



Antonella Viola

Immunologa e divulgatrice scientifica,
dirige l'Istituto di Ricerca Pediatrica
Città della Speranza di Padova

Cure mirate per uomini e donne

L'immunologa Antonella Viola ci spiega perché è necessario che le cure abbiano una declinazione al femminile e una al maschile: «Non siamo uguali. E in medicina, oltre al sesso, conta il genere».

di Matteo Metta

Anni di lotte femministe sembrano impallidire di fronte al titolo dell'ultimo libro della scienziata Antonella Viola, *Il sesso è (quasi) tutto* (Feltrinelli, 2022). Ma anche Simone de Beauvoir, che ha consacrato la vita alla causa della parità tra i sessi, sorriderrebbe compiaciuta se nell'aldilà potesse sfogliare questo interessante testo di divulgazione scientifica. Sì, perché ciò che pochi sospettano è che in medicina la parità tra uomini e donne si raggiunge con la discriminazione. E quanto più la

discriminazione è scientifica, meglio è. Un apparente paradosso, dove però la parola discriminazione sta per attenzione alle differenze biologiche legate al sesso, e non solo. Ne abbiamo parlato con l'autrice del saggio.

Il sesso è così importante in medicina?

«Ho scelto un titolo volutamente provocatorio, affinché il messaggio ne uscisse rafforzato. Uomo e donna sono biologicamente e fisiologicamente molto

diversi. Se la società ha artificiosamente creato differenze che non hanno ragion d'essere, e che spesso sono ingiuste, la scienza ha invece ignorato differenze che avrebbero permesso di curare meglio tutte le persone, ma soprattutto le donne. Il corpo delle donne è stato studiato poco e curato peggio, perché per molto tempo la medicina è stata fatta da maschi bianchi per maschi bianchi. Le donne sono state escluse dalle sperimentazioni sia per una sorta di paternalismo, dato che bisognava preservare un corpo

portatore di una possibile vita, sia per semplificarsi il compito, visto che il ciclo mestruale e le gravidanze costituiscono ulteriori variabili di cui tener conto. E gli esperimenti tendono a ridurre le variabilità per avere risultati più facilmente interpretabili».

Che cosa ha comportato questa ingiusta esclusione?

«Ha fatto sì che alla donna fossero somministrati farmaci che su di lei non erano mai stati sperimentati, quindi senza sapere se avrebbero funzionato e senza avere la certezza che non avrebbero avuto effetti tossici importanti. Non è un caso che siano proprio le donne a soffrire più spesso di effetti collaterali severi. Molti farmaci sono stati ritirati dal commercio perché avevano un profilo di tossicità alto nelle donne. Il metabolismo dei farmaci è diverso negli uomini e nelle donne. Il corpo femminile ad esempio ha più massa grassa, meno massa muscolare e una minore quantità di acqua».

In che modo questi elementi influiscono sulle terapie?

«Nel caso dei farmaci lipofili, cioè che si sciolgono nei grassi, la dose disegnata sul corpo dell'uomo potrebbe risultare insufficiente nella donna, e quindi non garantire la medesima efficacia. Mentre nel caso dei farmaci idrofili, che si sciolgono in ambiente acquoso, la stessa dose dell'uomo potrebbe essere eccessiva e quindi tossica nella donna. Anche l'eliminazione dei farmaci è diversa tra uomini e donne. Questo perché la filtrazione renale nelle donne giovani è ridotta rispetto ai coetanei di sesso maschile. Solo dopo i 70 anni si registrano valori simili tra i due sessi».

Perché spesso si chiamano in causa gli ormoni?

«Ormoni e genetica giocano un ruolo importante nel meccanismo di azione dei medicinali. Tra i molti esempi che potrei fare c'è quello che riguarda i farmaci antidolorifici oppioidi. Diversi studi mostrano che alle donne bisogna

Le donne, a lungo escluse dalle sperimentazioni, soffrono più spesso degli effetti collaterali dei farmaci

somministrare una dose più alta del 30% rispetto agli uomini per ottenere lo stesso effetto contro il dolore. Questo perché gli estrogeni intervengono nel modulare l'azione degli oppioidi. Una minore risposta agli antidolorifici potrebbe dipendere anche dal sistema immunitario. Nonostante questo, le donne che soffrono di dolore cronico vengono spesso trattate con dosi più basse di antidolorifici».

Oggi negli studi clinici le donne sono rappresentate?

«Solo dopo il 1993, su richiesta della Food and Drug Administration (l'ente americano che si occupa della sperimentazione e dell'approvazione dei farmaci, ndr), gli studi clinici hanno cominciato a includere le donne. Ma il problema non è solo dare loro rappresentanza - e farlo in misura equivalente agli uomini sin dalle prime fasi della ricerca -, ma includere specifiche analisi di genere. Questo significa gestire separatamente le analisi di efficacia e sicurezza per i due sessi. Basti dire che solo il 4% delle sperimentazioni cliniche di vaccini e terapie contro il Covid-19 ha incluso un piano per analizzare le variabili sesso o genere. Poi non dobbiamo stupirci che il 71% delle reazioni avverse ai vaccini sia stato riportato da donne. Una mancanza ancora più grave, dato che sappiamo che le risposte immunitarie alle infezioni sono molto diverse tra uomini e donne».

Perché parliamo di medicina di genere e non di medicina sesso-specifica?

«Perché è vero che le differenze biologiche tra i sessi hanno un peso determinante sotto tutti i profili - incidenza delle malattie, sintomi, decorso e risposta alle terapie -, ma il sesso non è tutto: è *quasi* tutto, come dice il titolo del libro. Infatti, su questi stessi elementi incidono variabili socio-economiche, psicologiche, culturali, politiche, ambientali e persino religiose. Cioè fattori che rientrano nel "genere", un concetto che racchiude tutto ciò che non è biologico».

Ci fa qualche esempio?

«Le donne fanno molto meno sport degli uomini. E questa non è ovviamente una differenza biologica, bensì una differenza legata allo stereotipo che vuole le ragazze meno portate per lo sport. Ciò ha ricadute sulla salute della popolazione femminile, che presenta infatti una maggiore predisposizione all'obesità, all'osteoporosi e alle malattie cardiocircolatorie. Un altro esempio, stavolta legato alla religione, riguarda la carenza cronica di vitamina D nelle donne che vivono nei Paesi islamici: a causa del burqa, la loro pelle non è mai esposta al sole. Diversi studi mostrano come questo tipo di carenza nelle donne si associ a una maggiore incidenza di malattie autoimmuni. Si pensi poi alla depressione, che è sottostimata negli uomini perché un uomo che sta male non >



>

ammette di avere la depressione. Non va a chiedere aiuto al medico o allo psicologo, perché questo cozza con il concetto di mascolinità e con lo stereotipo secondo cui l'uomo è forte e la depressione è una patologia tipicamente femminile. Se però andiamo a vedere il numero di suicidi, le persone che si tolgono la vita sono quasi tutti uomini».

Eppure il modello che ci viene presentato è quello di una medicina personalizzata e di precisione.

«Dirò di più. Dopo la medicina delle due P, personalizzata e di precisione, si è passati alla medicina delle 4 P: personalizzata, preventiva, predittiva e partecipativa. Si usano slogan per convincerci che tutto sta cambiando, ma i progressi riguardano solo alcuni settori, come quello oncologico. Stupisce quindi che l'ambizione alla cura personalizzata non sia partita dal passo più ovvio: la distinzione sulla base del sesso».

A proposito, quando le cure basate sul genere troveranno applicazione pratica?

«I bravi medici fanno già medicina di genere. Certo, la grande sfida sarà poi quella della formazione di tutta la classe medica su questi temi. Ma ciò che adesso è più urgente è cambiare il modo di fare i grandi studi clinici e di produrre terapie».

C'è il rischio che la medicina di genere diventi uno strumento di marketing?

«Già oggi abbiamo farmaci con una confezione rosa e una azzurra, che però contengono lo stesso principio attivo nella medesima quantità. Così non si rende un buon servizio alla medicina di genere. È chiaro che lì dove si riuscirà a definire un dosaggio diverso per i due sessi, in modo da garantire la massima efficacia e la minore tossicità di un farmaco per entrambi, è più logico che sia il medico a fare da filtro, indicando la dose da assumere, e non il packaging diverso, per non creare inutili doppiopioni».

Covid-19

Le probabilità di contrarre il Covid-19 non sono molto dissimili tra donne e uomini. Sono invece questi ultimi a sviluppare più spesso sintomi gravi e a morire per le loro conseguenze. Gli effetti indesiderati dei vaccini, al contrario, predominano nella popolazione femminile. In Italia, il 71% delle reazioni avverse è stato segnalato da donne.

Il long Covid riguarda di più le donne

La popolazione femminile è anche più a rischio di "long Covid", una sindrome caratterizzata da sintomi persistenti dopo l'infezione, che vanno dal mal di testa alla debolezza muscolare, dall'affanno alla perdita dell'olfatto, dall'annebbiamento mentale ("brain fog") alla tachicardia, fino ai disturbi intestinali e alle eruzioni cutanee. Prima dei 60 anni, le donne hanno un rischio doppio rispetto agli uomini di andare incontro al long Covid. Dopo questa età, tra uomini e donne il rischio è invece simile.

Uso di farmaci

Le donne sono le maggiori consumatrici di farmaci. Rispetto agli uomini ne usano il 20-30% in più. Da cosa dipende? Da tanti fattori. Le donne vivono più a lungo, ma si ammalano maggiormente: gli anni guadagnati sono spesso contrassegnati da disabilità. Sono più esposte agli stati dolorosi (emicrania, dolori muscolari e scheletrici) e attraversano condizioni che tendono sempre più spesso a essere medicalizzate (mestruazioni, gravidanza e menopausa).

Più soggetta agli effetti collaterali

Quindi il maggiore consumo di farmaci non può essere ascritto solo al fatto che le donne dedichino maggiore attenzione alla salute e siano meglio disposte verso le cure. Anche a parità di consumo di medicinali la donna sarebbe penalizzata rispetto all'uomo, perché il suo corpo è più soggetto agli effetti collaterali dei farmaci ed è più lento a smaltirli (detossificazione).

Emicrania

Le malattie che comportano dolore cronico tendono a essere prevalenti (e a presentarsi in forma multipla) nella donna. Gli studi dimostrano che le donne sono più ricettive nei confronti del dolore e lo avvertono con maggiore intensità. Ciò dipende perlopiù da fattori ormonali, ma in gioco entrano anche elementi emotivi e culturali, che le portano a essere più sensibili nei confronti del dolore.

Tre volte di più nelle donne

Tra le malattie dolorose croniche, l'emicrania è una delle più frequenti nella popolazione femminile. Le donne ne sono colpite tre volte di più rispetto agli uomini. Inoltre, nella donna l'emicrania si presenta con attacchi più frequenti e di maggiore intensità e durata. Anche i sintomi possono essere diversi: se nelle donne il dolore tende ad associarsi a nausea e sensibilità agli odori, negli uomini è più probabile che si associ a depressione e sensibilità alla luce.

L'asma bronchiale

Gli sviluppi della medicina di genere nelle malattie respiratorie sono molto promettenti, perché nei due sessi le differenze riguardanti il polmone e le vie aeree si presentano già in fase embrionale. Le bambine hanno polmoni più piccoli ma meglio sviluppati rispetto ai bambini di pari altezza e peso. Inoltre, le vie aeree delle bambine hanno un'ampiezza maggiore. Questi vantaggi respiratori durano fino al periodo puberale, poi la situazione si inverte a favore dei maschi. Dai quarant'anni in poi, però, sono le donne a poter vantare un invecchiamento polmonare più lento rispetto agli uomini.

La diffusione cambia con l'età

Analogamente, si è osservato che l'asma bronchiale in età pediatrica è maggiore nei maschi, mentre durante la pubertà colpisce di più le ragazze. Si presume che le modificazioni ormonali giochino un ruolo importante. Le ricerche ci diranno di più.

Tumori

Nei tumori comuni ai due sessi si è osservato che il genere gioca un ruolo fondamentale ed è fonte di notevoli differenze nell'insorgenza della malattia, nella sua progressione e nella risposta alle terapie. Nonostante ciò, le donne non sono ancora adeguatamente rappresentate nelle sperimentazioni cliniche relative ai tumori non specifici di un sesso.

Il cancro al colon più fatale per le donne

Per esempio, a parità di fattori di rischio, le donne sviluppano più frequentemente il tumore del polmone.

Il cancro alla tiroide è più frequente nella donna, ma ha un esito peggiore nell'uomo. Il cancro al colon nell'uomo riguarda perlopiù il colon discendente, mentre nella donna di più quello ascendente. In questo secondo caso l'esame del sangue occulto nelle feci risulta positivo più tardi, quando il tumore è peggiorato. Un ritardo che causa una maggiore mortalità nella donna.

Malattie autoimmuni

L'uomo contrae con più facilità infezioni batteriche e virali rispetto alla donna, la quale può contare su un sistema immunitario più efficiente. Da questo dipende anche il fatto che le donne, quando ricevono un vaccino, sviluppano più anticorpi rispetto agli uomini. Nella donna difese immunitarie più potenti però si rivelano un'arma a doppio taglio poiché favoriscono lo sviluppo di malattie autoimmuni, in particolare in età fertile.

Otto pazienti su dieci sono donne

Su dieci pazienti che soffrono di malattie autoimmuni, otto sono di sesso femminile. Benché esistano malattie autoimmuni con una maggiore incidenza negli uomini (diabete di tipo 1, miocardite e spondilite anchilosante), la maggior parte vede invece una netta prevalenza nelle donne: ipotiroidismo, ipertiroidismo, sclerosi sistemica, epatite autoimmune, artrite reumatoide, sclerosi multipla.

Demenze

Se il Parkinson è più frequente tra gli uomini, l'Alzheimer colpisce in misura largamente maggiore le donne. Negli Stati Uniti sono di sesso femminile i due terzi dei malati di Alzheimer. In passato si pensava che dipendesse dalla maggiore aspettativa di vita delle donne. Successive e più specifiche analisi dei dati hanno dimostrato che non è così. Ma non c'è solo la maggiore incidenza, anche la progressione della malattia è più veloce nelle donne che negli uomini.

Ormoni e attività intellettuale

Si è osservato che gli estrogeni svolgono un'azione protettiva contro l'Alzheimer, per cui dopo la menopausa, quando questi ormoni calano, il rischio aumenta. Incide anche lo stile di vita intellettuale: le persone con bassi livelli di scolarità e con lavori poco qualificati sono più esposte. E purtroppo le anziane di oggi hanno avuto in gioventù meno possibilità di studiare e di affermarsi.

Infarto del miocardio

A lungo sottostimate nelle donne, le malattie cardiovascolari provocano il 43% delle morti femminili, contro il 33% di quelle maschili. L'infarto del miocardio, prima causa di morte della donna, può presentarsi con sintomi diversi da quelli riscontrati nell'uomo. In quest'ultimo si manifesta con un senso di oppressione e un dolore al centro del petto, che si irradia al braccio sinistro, al destro o a entrambe le braccia. Nella donna questi sintomi si presentano solo una volta su tre.

Nella donna sintomi atipici

Nella maggior parte dei casi la donna nel corso di un infarto è colta da affanno, mancanza di respiro, nausea, vomito, mal di pancia, dolore alla schiena (o nessun dolore). Non immaginando che si tratti del cuore, cerca aiuto tardi. E al pronto soccorso è sottoposta a gastroscopia invece che a elettrocardiogramma. Tutto questo ritarda la giusta diagnosi e aumenta il rischio di morte.

Depressione

I dati dicono che la depressione è la prima causa di disabilità nella popolazione femminile e che le donne depresse sono quasi il doppio degli uomini. Ma se si osserva il numero di suicidi, questi riguardano per il 79% gli uomini. Numeri così stridenti dipendono dal fatto che la depressione maschile è sottostimata. Per motivi socio-culturali, l'uomo tende a mascherare il disagio psichico e a ricorrere tardi all'aiuto di un medico o dei servizi di salute mentale.

Nell'uomo sintomi diversi

La diagnosi di depressione è più difficile nell'uomo perché i sintomi della depressione maschile non sono codificati nelle linee guida attuali. Se le donne riportano più di frequente sintomi somatici (stanchezza, disturbi dell'appetito e del sonno), negli uomini prevalgono l'apatia, l'isolamento sociale, la riduzione della comunicazione verbale e i disturbi della memoria.

Osteoporosi

Poiché otto volte su dieci colpisce le donne (a causa soprattutto della carenza di estrogeni dopo la menopausa), l'osteoporosi nella popolazione maschile è poco studiata. Anche i farmaci sono stati creati tenendo conto delle caratteristiche biologiche delle persone di sesso femminile.

Negli uomini bisogna studiarla di più

Medicina di genere però non significa medicina delle donne. Il principio dell'equità delle cure vale anche per gli uomini in relazione alle malattie che nel loro caso sono trascurate perché riguardano prevalentemente il sesso femminile. In Italia 800mila uomini soffrono di osteoporosi. Nell'uomo insorge con circa dieci anni di ritardo rispetto alla donna. In entrambi i sessi la frequenza di fratture aumenta con l'età. Nelle situazioni più gravi, a seguito di una frattura, il tasso di mortalità risulta però molto più alto nell'uomo che nella donna.

Riconoscere il vero sapone di Marsiglia

Il prodotto tradizionale ha solo olio d'oliva e soda ma, non essendo un marchio registrato, si fa un uso indiscriminato della denominazione. Alcuni esempi di prodotti in commercio.

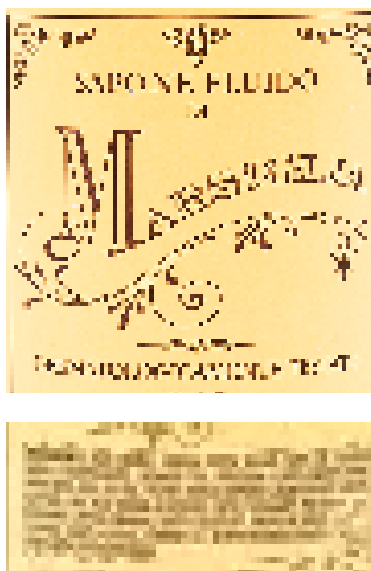
Il sapone di Marsiglia tradizionale è solido ed è fatto per tre quarti circa di olio di oliva che, in etichetta, viene indicato come "sodium olivate", "potassium olivate" o "olea europea"; l'olio deve essere il primo della lista degli ingredienti (il che indica che è presente in maggiore quantità rispetto agli altri componenti). Il secondo (e ultimo) ingrediente del prodotto tradizionale è la soda caustica (sodium hydroxide). Non deve contenere conservanti, coloranti e allergeni mentre è considerata accettabile la sostituzione dell'olio di oliva con altri oli vegetali, ma non con grassi animali; inoltre può essere profumato, ma solo con oli essenziali. La denominazione "sapone di Marsiglia", però, non è un marchio depositato, per questo se ne fa un uso indiscriminato, anche per prodotti che hanno ben poco a che fare con il Marsiglia tradizionale, se non per la profumazione. Per quanto riguarda il sapone di Marsiglia per il bucato (quello solido) è efficace perché la sua formula cattura lo sporco grasso e lo rende solubile nell'acqua: verificate, però, che in etichetta ci sia sapone in percentuale superiore al 30% e che non ci siano tensioattivi e sbiancanti ottici. Per il lavaggio del corpo, invece, la formula tradizionale potrebbe essere aggressiva, perché non contiene sostanze idratanti come la glicerina e ha un pH basico, che potrebbe non essere ben tollerato da tutte le pelli.

A cosa prestare attenzione

Ecco alcuni elementi da considerare in caso di dubbi:

- formato liquido: il sapone di Marsiglia è solido, la versione liquida è a base di altre sostanze lavanti e contiene spesso allergeni e conservanti;
- assenza di etichetta e imballaggio: nonostante il desiderio di presentare il prodotto come artigianale, il venditore non dovrebbe evitare questo obbligo;
- lungo elenco ingredienti: le versioni che più si avvicinano al tradizionale ne hanno solo cinque o sei;
- la dicitura "con olio d'oliva" o l'immagine del frutto: non sono garanzia che sia davvero presente. Verifica nella lista degli ingredienti.
- la dicitura "al profumo di Marsiglia": suggerisce l'utilizzo di profumi e allergeni e l'olio di oliva è in genere sostituito da altri oli meno pregiati (palma, cocco o sego animale).

PRODOTTI PER L'IGIENE PERSONALE



Liquido per il corpo

Qui a fianco l'etichetta di un sapone liquido per l'igiene personale. Il Marsiglia tradizionale in realtà è solido, non fluido. Quanto agli ingredienti, il sapone dell'esempio contiene olio di oliva, come il prodotto tradizionale, ma in ogni caso meno dei tensioattivi. La presenza di profumo inoltre comporta allergeni (hexyl cinnamal, benzyl salicylate, benzyl alcohol, citronello). Contiene anche tiazolinoni (ultimi due ingredienti nella lista), conservanti inquinanti e a rischio di reazioni indesiderate.

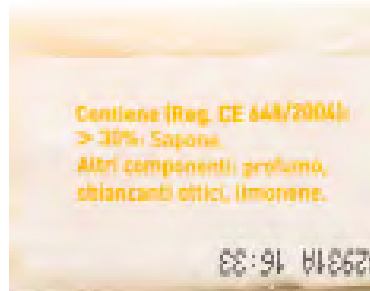


Solido per il corpo

Sempre meglio leggere attentamente la lista degli ingredienti, oltre al fronte delle confezioni. Il sapone qui a fianco, ad esempio, contiene olio di oliva (olea europaea) come il prodotto tradizionale e come si dice in etichetta, ma in quantità inferiore a palma (palmate) e palmisto (palm kernelate), indicati prima nell'elenco degli ingredienti e quindi presenti in maggiori quantità. Anche in questo caso la presenza di profumo comporta allergeni (citral, geraniol, limonene, citronello).

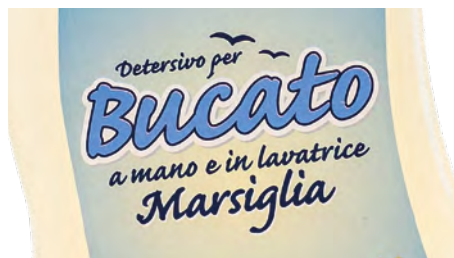
Dallo shampo ai burrocacao, tutti i test sui prodotti per la cura della persona su:
www.altroconsumo.it/salute/cura-della-persona

PRODOTTI PER LA CASA (BUCATO E PULIZIE)



Solido per il bucato

In questo caso il sapone c'è e in una buona quantità, oltre il 30%. Ma ci sono anche sbiancanti ottici e un allergene del profumo (limonene).



COMPOSIZIONE CHIMICA (Reg. 648/04 CE)	
Tra 5 e 15%	Tensioattivi anionici
Inferiore a 5%	Sapone, tensioattivi non ionici, fosfonati
Altri componenti:	Profumo, conservanti (OCTYLISOTHIAZOLINONE, METHYLCHLOROISOTHIAZOLINONE, METHYLISOTHIAZOLINONE)

Liquido per il bucato

Fermo restando il fatto che se è liquido non può essere Marsiglia tradizionale, questo detersivo contiene più tensioattivi (5-15%) che sapone (meno del 5%). Si allontana dalla ricetta tradizionale anche per via di tre conservanti della famiglia dei tiazolinoni, pessimi per l'ambiente e il rischio di allergie.



CONTIENE: Isopropanolamine; Alcool Etossilato; Cloruro di C12-C14 alchilmethylammina etossilata quaternizzata.
RICARICA
COMPOSIZIONE CHIMICA: Inferiore a 5%: Tensioattivi non ionici, cationici, fosfati.
 Altri componenti: Profumo, Geraniol, Citronello, Limonene, Benzyl Alcohol.
 Per emergenze chiamare il Centro Antiveleni Milano 02.66101029

Liquido per le pulizie

Come specificato sul fronte della confezione, in questo detersivo c'è il "profumo di Marsiglia". La "ricetta", invece, non si avvicina al prodotto tradizionale; contiene oltre il 90% di acqua e meno del 5% di tensioattivi. Il profumo comporta anche quattro allergeni (geraniol, citronello, limonene, benzyl alcohol).

Quando essere informati paga



“ Nicola ha ottenuto il prodotto illustrato in foto al prezzo proposto

Il nostro socio Nicola Cucurachi, di Parma, aveva scelto sul sito dell'azienda Muziker una piattaforma per sport acquatici. Basandosi sulle foto pubblicate sul sito, era convinto di avere scelto un modello dotato di tre strisce antidrucciolo, che fosse del tipo BT1250 e che costasse 389 euro, tutto come indicato accanto alla foto del modello. Quando il pacco arriva, però, contiene un prodotto diverso: in particolare, mancano proprio le strisce antidrucciolo. Nicola segnala subito al venditore che quanto ricevuto non corrisponde a quanto scelto. E che cosa scopre, per ammissione del venditore stesso? Che sul sito c'è stato uno scambio di prodotti: il modello scelto in foto era in realtà il BT1250P e costava 90 euro in più dell'altro. Il servizio clienti chiede a Nicola



se preferisca tenere il prodotto ricevuto o chiedere il cambio, pagando 90 euro di differenza. Ma Nicola è ben informato e non ci sta: ritiene di avere diritto al prodotto offerto al prezzo dichiarato. E si rivolge a noi.

IN CONCLUSIONE

Nicola ha ragione: è stato indotto ad acquistare quel modello sulla base dell'immagine. Abbiamo insistito perché gli sostituissero l'articolo senza sovrapprezzi. E l'hanno fatto.

Grazie a un'insegnante e mamma speciale

Ci sono lettere, a volte, che a leggerle ci si apre il cuore.

Come la lettera che ci ha mandato un socio di Perugia, che ha voluto raccontarci di sua madre Franca Laurini, associata da ben 35 anni ad Altroconsumo.

«Mia madre è Franca Laurini, ha compiuto da poco 84 anni ed è vostra socia dal 1987 senza aver mai saltato un anno di iscrizione. È una grandissima estimatrice del vostro servizio e ha trasmesso questa sua passione a noi quattro figli, quando ancora erano pochissime le persone sensibili alle tematiche del consumo responsabile, dell'ecologia e degli sprechi.

E ha fatto lo stesso anche con gli studenti della scuola media a cui ha insegnato Educazione tecnica per una vita, prendendo

spunti dalle vostre riviste».

Che cosa possiamo dire a una socia che per tanti anni ci ha voluto come compagni della sua vita, sostenendoci e apprezzandoci tanto da usarci come strumento per educare non solo i suoi figli, ma anche generazioni di ragazzi?

Possiamo solo dire che siamo profondamente onorati e commossi e che faremo di tutto per continuare a meritare anche in futuro tanta fiducia.

Sono lettere come questa che ci fanno capire che, nonostante le tante difficoltà a cui andiamo incontro nel panorama economico ed editoriale attuale, tuttavia finché possiamo contare sul sostegno e sull'affetto dei nostri soci abbiamo buoni motivi per mantenere vivo l'ottimismo. Grazie di cuore, Franca.



“ Franca Laurini, socia da 35 anni, ci ha portati anche a scuola

DAI SOCIAL**AUGUSTO**

Non è conveniente mettere un impianto fotovoltaico. I costi influiscono pesantemente e il guadagno non è per il privato, ma per tutte le società che ci ruotano intorno.

Non è proprio così. Un impianto fotovoltaico può essere conveniente. Come abbiamo spiegato sul numero di maggio e come si può verificare sul nostro sito (altroconsumo.it/fotovoltaico), ci sono un certo numero di condizioni che lo rendono una scelta opportuna per risparmiare sui costi dell'energia elettrica: avere la possibilità di consumare energia soprattutto di giorno (l'autoconsumo conviene, rispetto alla rivendita dell'energia prodotta); avere consumi annuali sopra i 2.500-3.000 kWh (circa una famiglia di quattro persone); abitare nella casa dove si investe per l'impianto per diversi anni (almeno dieci), per essere sicuri di recuperare l'investimento iniziale.

**MISSNOTHINGALL17**

Nessuno parla di quanto sia aumentato fare la spesa per una famiglia italiana! E i rincari sulla benzina, sulle bollette... e non facciamo nulla!

Le molte notizie su temi drammatici come la guerra hanno distratto l'attenzione. Ma noi abbiamo in molti modi denunciato gli aumenti, richiedendo interventi che in parte ci sono stati e soprattutto raddoppiando gli sforzi per indicarvi prodotti convenienti, in tutti i campi. Per chi ci segue, spesa, bollette e pieno dell'auto sono più leggeri.



Dopo il guasto al citofono, non ha ceduto e ha chiesto il nostro sostegno: e ce l'ha fatta.

Chi rompe (anche indirettamente) paga

Se il tecnico inviato dall'azienda di distribuzione della luce a sostituire il contatore mette fuori uso il citofono del condominio, l'azienda stessa è tenuta a risarcire il danno.

Ecco che cosa è successo al nostro socio Arrigo Abati, di Padova.

«Il 18 novembre 2021, senza alcun preavviso, si è presentato a casa mia il tecnico di una ditta incaricata da E-distribuzione (azienda che distribuisce energia elettrica, ndr) per sostituire il contatore. Purtroppo nel fare l'operazione ha fatto saltare completamente l'impianto del citofono del condominio, cosa di cui mi sono accorto solo dopo che se ne era già andato. Ho fatto riparare l'impianto, con una spesa di 1.100 euro. Quindi, su indicazione del vostro servizio di consulenza giuridica, ho inviato una Pec all'azienda, con la richiesta di risarcimento del danno, corredata da tutti i relativi documenti. Ma E-distribuzione ha temporeggiato e

scaricato la responsabilità sull'azienda che ha eseguito il lavoro».

Il nostro socio ha ragione: ha il diritto a essere risarcito da E-distribuzione (che eventualmente potrà poi rivalersi presso l'altra azienda). Infatti per le attività di questo tipo il Codice civile (art. 2.050) prevede che chi ha causato un danno debba provare di avere adottato tutte le misure per evitarlo ed estende la responsabilità anche alle persone incaricate (art. 2.049).

IN CONCLUSIONE

Dopo i nostri solleciti a sostegno della richiesta del socio rivolti a E-distribuzione, la somma gli è stata risarcita interamente, come è previsto dalla legge.



L'informazione indipendente, concreta e utile di **Altroconsumo**



Leggi le riviste complete. Scopri l'offerta su

WWW.ALTROCONSUMO.IT