

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

Come scegliere le aziende che rispettano i diritti umani



28

Casa: che fare se fallisce il costruttore



9

**Pay tv e telefonia,
ecco la classifica**



13

Il caffè fa bene o male alla salute?



18

**Saper riconoscere
le etichette ingannevoli**



24

**Cinque creme solari
non mantengono le promesse**



32

**Il metodo per trovare
i voli più convenienti**



34

**Incidente dentro l'autobus,
chi deve risarcire?**



ACQUISTIAMO CON IL CUORE LEGGERO

Non c'è sostenibilità senza rispetto dei diritti umani. Dietro ogni bene o servizio ci sono persone, famiglie, comunità. Scegliamo i prodotti di aziende responsabili. Ecco i loghi che possono aiutarci.

di Matteo Metta



è chi spende a cuor leggero e chi preferisce farlo con il cuore leggero. A volte una semplice preposizione può contenere un'intera visione del mondo, in questo caso due, una l'opposto dell'altra. La prima appartiene a chi fa acquisti senza porsi tante domande e senza farsi troppi scrupoli di natura etica, pensando che le proprie scelte di consumo siano un affare privato e niente di più. La seconda riguarda coloro che invece si chiedono quale sia l'origine del prodotto che hanno tra le mani, da chi e in quali condizioni è stato lavorato, quali sono i suoi costi sociali e ambientali, e se non sia il caso di fare una scelta diversa. Sono

persone, fortunatamente sempre più numerose, che vogliono avere la coscienza pulita e il cuore leggero, perché sanno che spendere non è solo un atto economico, è un gesto politico con cui si abbraccia e si finanzia un preciso modello di produzione e di distribuzione: se questo non si fonda sul rispetto dei diritti umani si diventa fiancheggiatori di un sistema ingiusto. Sono cittadini impegnati, che vogliono essere protagonisti e avere voce in capitolo nell'orientare positivamente il mercato.

L'EUROPA SI MUOVE

I diritti fondamentali sono per definizione inalienabili, ma è con i nostri soldi e con le nostre scelte che possiamo promuoverli

o affossarli. Siamo purtroppo (inconsapevolmente) complici quando acquistiamo cioccolato contenente cacao coltivato in campi dove sono costretti a lavorare bambini, una passata ottenuta con pomodori raccolti da migranti trattati come schiavi, scarpe realizzate da lavoratori sottoposti a turni massacranti o smartphone usciti da fabbriche malsane dove operai senza diritti ricevono salari da fame. Chi può sapere com'è avvenuto il processo di produzione? Non abbiamo né le informazioni né il tempo per approfondire quali sono i problemi che si annidano dietro ogni prodotto. Sentirsi impotenti è inevitabile. L'Unione europea sta mettendo a punto un pacchetto di norme >>

DIRITTI FONDAMENTALI: NON LASCIAMOLI SULLA CARTA

Alcuni dei 30 diritti fondamentali riconosciuti dall'Onu riguardano più da vicino la produzione di beni e servizi. Le aziende devono essere più trasparenti nell'informare i cittadini su cosa fanno per garantirli e promuoverli.

1. DIRITTO ALLA VITA

Sono 2,7 milioni i morti ogni anno nel mondo a causa di condizioni e luoghi di lavoro insicuri e malsani.

2. DIVIETO DI LAVORO MINORILE

I bambini costretti a lavorare sono 160 milioni (uno ogni dieci). La produzione di cacao in Ghana e in Costa d'Avorio, i due paesi che producono la metà del cacao mondiale, si serve del lavoro di un milione e mezzo di minori.

3. LAVORO DIGNITOSO

Un lavoratore su cinque (630 milioni) non guadagna abbastanza per far uscire la propria famiglia dalla povertà. Il 9% della popolazione mondiale lavora più di 55 ore alla settimana, con rischi alti per la salute.

4. LIBERTÀ DI ASSOCIAZIONE SINDACALE

Nel 2022 sono stati assassinati sindacalisti in Brasile, Colombia, Ecuador, El Salvador, eSwatini, Guatemala, Perù e Sierra Leone.

5. AMBIENTE SALUBRE

Il 24% dei decessi nel mondo è dovuto a fattori ambientali, come inquinamento ed esposizione a sostanze nocive.

6. DIVIETO DI LAVORO FORZATO

Ci sono più persone ridotte in schiavitù oggi che ai tempi della tratta degli schiavi. Il lavoro coercitivo riguarda 28 milioni di individui in ogni settore: servizi, produzione, edilizia, agricoltura e lavoro domestico. Fonti: Oil, Oms, Unicef, Ituc.



LE CERTIFICAZIONI CHE CI AIUTANO A SCEGLIERE

I cittadini hanno il potere di influenzare il mercato attraverso le loro decisioni di acquisto e le loro abitudini di consumo. L'informazione, le scelte etiche e l'attivismo sono i tre migliori strumenti che abbiamo per chiedere un mondo in cui i diritti umani siano rispettati. Per scegliere bene, ecco le certificazioni più affidabili.

ESSERE INFORMATI

COME POSSO AVVICINARMI AL TEMA DEL RISPETTO DEI DIRITTI UMANI NEL LAVORO?

Il nostro consiglio è di accostarsi al tema dei diritti umani e dei diritti del lavoro partendo da materiali divulgativi: libri (iscriversi a una biblioteca è sempre consigliabile), podcast, spettacoli teatrali, video online, profili social accreditati e documentari, per esempio *The True Cost*, sul lato oscuro del fast fashion, o *The Harvest*, sul caporalato.

QUALI FONTI POSSO CONSULTARE PER APPROFONDIRE L'ARGOMENTO?

Le fonti principali che si possono consultare sono i report di organizzazioni come Human Rights Watch, Amnesty International e Oxfam, che contengono informazioni dettagliate sulla negazione dei diritti umani e sugli abusi in diversi settori e località del mondo. Schede su singole aziende si possono trovare sul sito di Business & Human Rights Resource Centre.

DOVE POSSO TROVARE INFORMAZIONI PER TENERMI AGGIORNATO?

C'è l'imbarazzo della scelta, dalle testate specializzate (tra cui osservatoriodiritti.it) ai report di aggiornamento pubblicati regolarmente dalle Nazioni Unite e dall'Organizzazione Internazionale del Lavoro (OIL).



SCEGLIERE IL GIUSTO

COME POSSO SAPERE SE UN'AZIENDA RISPETTA O NO I DIRITTI UMANI?

Non è facile, perché sono poche le aziende trasparenti e ci sono dinamiche d'impresa sulle quali è difficile fare luce. Ciò che per esempio distingue un'azienda impegnata è il modo in cui agisce quando scopre un abuso: cerca di risolvere il problema o lo insabbia?

QUALI CERTIFICAZIONI DANNO MAGGIORI GARANZIE?

Fairtrade (scritto tutto attaccato), certificazione di prodotto presente su vari beni di numerose marche. E World Fair Trade Organization (WFTO), che non si trova sui prodotti: è una certificazione di impresa, tra quelle certificate c'è Altromercato. Si tratta di iniziative globali che assicurano sostenibilità e rispetto dei diritti umani nella catena produttiva e distributiva, attraverso una serie di criteri economici, ambientali e sociali che produttori e trader devono rispettare.

COSA SONO LE AZIENDE A IMPATTO POSITIVO?

Sono quelle che cercano il successo economico generando al contempo benefici sociali e ambientali. Le più note sono le Società Benefit (SB), in particolare le cosiddette B-Corp, cioè quelle che hanno ottenuto l'apposita certificazione che prevede standard e performance verificati secondo criteri stringenti.



PARTECIPARE ATTIVAMENTE

OLTRE CHE STARE ATTENTO NEGLI ACQUISTI, COSA POSSO FARE DI PIÙ?

Informarsi e acquistare prodotti ottenuti senza sacrificare diritti, anzi promuovendoli, sono il primo passo per arrivare a un vero cambiamento. È importante anche impegnarsi in prima persona, partecipando a dibattiti e sostenendo organizzazioni, movimenti e campagne di sensibilizzazione. Parte dell'attivismo sta nel partecipare alle manifestazioni e far sentire la propria voce attraverso i propri canali social.

LE RACCOLTE DI FIRME SONO EFFICACI?

Sì, petizioni e raccolte di firme sono importanti, anche quando sembrano non sortire effetti immediati e diretti. Facendo massa critica i cittadini possono più facilmente sensibilizzare la società e responsabilizzare aziende e governi.

IL BOICOTTAGGIO È CONSIGLIABILE?

Il boicottaggio dovrebbe essere l'ultima risorsa, dal momento che può avere ripercussioni negative sui lavoratori. Smettere di acquistare prodotti di un marchio che calpesta i valori in cui crediamo è comunque un'opzione legittima, che funziona, soprattutto se viene accompagnata da un'email o da un messaggio sui social in cui spieghiamo le ragioni per cui lo stiamo facendo.

» per rafforzare gli obblighi di rendicontazione delle imprese in materia di diritti umani e sostenibilità ambientale; per vietare sul mercato europeo prodotti realizzati con il lavoro forzato; per creare un quadro giuridico in materia di gestione d'impresa che preveda la responsabilità aziendale lungo tutta la filiera produttiva a livello globale, fornitori compresi. Si tratta di testi normativi - direttive e regolamenti - con tempi di definizione ancora poco chiari, ma che quando saranno tutti in vigore (c'è chi azzarda la fine del 2025) faranno fare ai diritti umani un grande passo in avanti.

**COSÌ COME
VOGLIAMO
CHE IL CIBO SIA
SANO, DOBBIAMO
PRETENDERE
CHE CIÒ CHE
ACQUISTIAMO SIA
PRODOTTO
RISPETTANDO
I DIRITTI UMANI**

L'INFORMAZIONE È POTERE

Nel frattempo possono svolgere un ruolo importante nelle scelte d'acquisto le certificazioni, ad esempio quelle del commercio equo e solidale, capaci di offrire una certa garanzia che i diritti fondamentali siano stati salvaguardati. Purtroppo non sono disponibili per tutti i prodotti. Quindi sta a ciascuno di noi svolgere un ruolo più attivo, sia nel cercare di essere più informati sia nel prendere parte in prima persona a iniziative di sensibilizzazione di imprese, governi e cittadini: partecipando ad azioni collettive per cambiare leggi ingiuste, firmando petizioni contro aziende che si macchiano di violazioni, intervenendo a dibattiti pubblici e facendo sentire la nostra voce sui social.

Si aiuta la tutela dei diritti umani anche attraverso scelte di acquisto consapevoli, sostenendo le aziende più impegnate, ad esempio le società benefit (SB). Sono aziende che, pur non disdegnando il profitto, fanno in modo che la propria attività imprenditoriale abbia ricadute positive sulle persone, sul territorio, sulla comunità e »



Ti è piaciuto questo articolo? Condividilo sui social e con chi vuoi

» sull'ambiente. In Italia le società benefit sono obbligate ad avere la certificazione B Corp, rilasciata dall'organizzazione non profit B Lab, che prevede standard rigorosi sotto i profili della responsabilità, della trasparenza e delle performance ambientali e sociali.

DIGNITÀ, VALORE SUPREMO

Sono trenta i diritti sanciti ormai tre quarti di secolo fa (1948) dalle Nazioni Unite nella Dichiarazione universale dei diritti umani. L'essenza che li innerva si chiama dignità, il valore che ogni persona possiede per il semplice fatto di essere nata e di esistere, «tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti» (art. 1). Un principio che informa tutta la nostra Costituzione, la quale è molto chiara anche in riferimento all'iniziativa economica. Puntualizza che questa «non può svolgersi in contrasto con l'utilità sociale o in modo da recare danno alla salute, all'ambiente, alla sicurezza, alla libertà, alla dignità umana» (art. 41). Le parole «alla salute, all'ambiente» sono state aggiunte con la legge costituzionale dell'11 febbraio 2022. La stessa legge che ha voluto completare l'articolo 9 della Carta, quello in cui si stabilisce che la Repubblica tutela il paesaggio e il patrimonio storico e artistico, con l'aggiunta: «Tutela l'ambiente, la biodiversità e gli ecosistemi, anche nell'interesse delle future generazioni».

AMBIENTE SANO, DIRITTO UMANO UNIVERSALE

Sì, perché anche vivere in un ambiente salubre è un diritto fondamentale. L'8 ottobre 2021, il Consiglio dei diritti umani delle Nazioni Unite ha approvato una risoluzione storica nella quale si riconosce quale diritto umano

1948

L'anno della Dichiarazione universale dei diritti umani da parte delle Nazioni Unite

48 ore

Il limite settimanale dell'orario di lavoro nell'Unione europea, comprensivo delle ore di lavoro straordinario

13,7

MILIONI

I decessi ogni anno nel mondo (il 24% del totale) dovuti a cause ambientali, come l'inquinamento atmosferico e l'esposizione a sostanze chimiche (fonte OMS)

universale l'accesso a un «ambiente pulito, sano e sostenibile». La risoluzione esorta gli Stati, le organizzazioni internazionali e le imprese a intensificare gli sforzi per garantire un ambiente sano per tutti, ma purtroppo non è giuridicamente vincolante. Per questo, oltre che rafforzare la legislazione esistente, sarebbe utile secondo molti introdurre nell'ordinamento giuridico il reato di «ecocidio», per punire severamente chi causa all'ambiente danni ingenti e a lungo termine. Rispettare le normative in evoluzione e affrontare sfide come il cambiamento climatico, la conservazione delle risorse e la protezione degli ecosistemi non è facile, soprattutto perché le innovazioni ecologiche hanno spesso un costo. Come cittadini, possiamo essere disposti ad accettare la sfida, ma è essenziale una maggiore trasparenza, dati affidabili e un maggiore impegno verso la sostenibilità da parte di aziende e governi. La responsabilità sociale d'impresa è emersa quando le aziende hanno cercato di impegnarsi volontariamente in politiche etiche, codici di condotta, audit sociali e trasparenza nelle catene di approvvigionamento. Ma questo approccio volontario si è rivelato insufficiente, perché spesso si limita a misure poco incisive. ●

Promuoviamo una nuova responsabilità individuale e collettiva ogni volta che un prodotto o un servizio entra a far parte delle nostre vite. Nel rispetto dei diritti, delle diversità, dell'ambiente. Per fare la differenza bastano piccoli gesti. Scopri come: www.impegnatiacambiare.org

**IMPEGNATI
a cambiare**

LA CLASSIFICA DI PAY TV E TELEFONIA

Iliad e alcuni operatori virtuali danno le maggiori soddisfazioni nella telefonia. Tra le pay tv, Netflix e Disney+ sono le più apprezzate, mentre Dazn si conferma ultima.

di Beba Minna





Il mercato della telefonia e dei relativi servizi internet è sempre più vivace e competitivo, e permette alla clientela di scegliere tra tanti operatori, offerte e tv on-demand in streaming. I risultati di questa indagine sulla soddisfazione nei confronti delle compagnie telefoniche e dei servizi delle pay tv evidenziano che le novità più recenti si fanno largo sulla scena e, in qualche caso, scalano le classifiche di gradimento. In genere si tratta di offerte convenienti, a prezzi bassi, e pacchetti “all inclusive”: una formula diffusa, visto che il 63% degli intervistati ha usufruito di un pacchetto (un contratto unico per più servizi con lo stesso operatore). L'insieme di questi ingredienti, la novità e il prezzo vantaggioso, rappresenta il minimo comune denominatore delle amate compagnie low cost.

SERVIZI DI PAY TV

La corsa alle novità riguarda di certo lo streaming on demand, guidato dal più recente Disney+ che si posiziona al fianco dell'ormai ben consolidato Netflix (vedi la tabella a fianco), che resta in vetta ma perde terreno rispetto alle edizioni precedenti di questa indagine. Il punteggio più basso potrebbe dipendere dal recente ritocco verso l'alto delle tariffe. In fondo alla classifica troviamo invece il servizio streaming dei principali operatori telefonici, come Tim e Vodafone, e soprattutto il risultato deludente di Dazn che in passato ha avuto seri problemi nella gestione dell'assistenza. Da evidenziare che il 36% del campione condivide l'account con persone non conviventi: un modo per risparmiare sul canone. >>

I SOCI DICONO LA LORO

Abbiamo chiesto a 23.738 soci di Altroconsumo il loro grado di soddisfazione sui servizi offerti dagli operatori per chiamare e navigare con lo smartphone, per la connessione internet di casa e il telefono fisso e per le pay tv. Le risposte ci hanno permesso di stilare una classifica di soddisfazione.

STREAMING VIDEO	
	SODDISFAZIONE GLOBALE (SU 100)
Servizio pay tv	
DISNEY+	76
NETFLIX	76
NOW TV	73
APPLETV+	72
AMAZON PRIME VIDEO	72
SKY	71
EUROSPORT	69
PARAMOUNT+	68
DISCOVERY+	66
CHILI TV	63
INFINITY+	63
TIM VISION	57
VODAFONE TV	57
RAKUTEN TV	54
DAZN	49

LE PAY TV PIÙ AMATE

L'apprezzamento nei confronti dei servizi di video streaming continua a crescere e mette a dura prova le pay tv classiche. In pochi anni Disney+ è diventata la piattaforma streaming più amata, al fianco di Netflix. Deludono le pay tv di alcuni operatori telefonici (Tim e Vodafone), ma Dazn più di tutti.



**PROVIDER
CONSIGLIATO**

IL TITOLO ASSEGNATO TRA I PROVIDER

Per ottenere il titolo di “Provider consigliato” è necessario che l'operatore abbia raggiunto un indice, basato sulla soddisfazione complessiva degli utenti, di almeno 75 punti su 100 (soddisfazione ottima).



TELEFONIA MOBILE			
Operatore	Soddisfazione telefonate	Soddisfazione internet	QUALITÀ GLOBALE (SU 100)
ILIAD	80	75	79
COOPVOCE	80	74	78
SPUSU	81	73	77
HO.	80	75	77
VERY MOBILE	76	69	73
FASTWEB	74	70	72
VODAFONE	75	72	72
UNO (1) MOBILE	75	67	72
TISCALI	76	66	71
POSTEMOBILE	71	64	68
KENA MOBILE	72	67	68
TIM	71	66	68
WIND TRE	70	65	67

COMPAGNIE VIRTUALI

In generale, hanno la meglio gli operatori meno diffusi, i cosiddetti provider "virtuali", con l'eccezione di Iliad, primo in classifica. La soddisfazione per la qualità delle telefonate è maggiore di quella per i servizi di rete. Il 20% dei soci ha scelto un'offerta che propone dati illimitati.

TUTTI PAZZI PER LA FIBRA

Chi ha scelto la fibra per la rete di casa è molto più soddisfatto di chi ha una connessione Adsl o Vdsl (tecnologia analogica, ma più veloce). La rete veloce ormai è considerata un valore. Anche per la telefonia fissa e internet si ripropone l'apprezzamento dei soci per gli operatori che offrono prezzi contenuti, come la fibra di Iliad, che supera il wifi di Sky e di Fastweb. Si tratta dei tre operatori che ottengono giudizi complessivi ottimi.

TELEFONIA FISSA E INTERNET			
Operatore	Soddisfazione telefonate	Soddisfazione internet	QUALITÀ GLOBALE (SU 100)
ILIAD (FIBRA OTTICA)	83	82	82
SKY WIFI (FIBRA OTTICA)	77	79	77
FASTWEB (FIBRA OTTICA)	74	77	76
TISCALI (FIBRA OTTICA)	70	75	74
VODAFONE (FIBRA OTTICA)	69	73	72
WINDTRE (VDSL)	69	71	70
WINDTRE (FIBRA OTTICA)	69	71	70
FASTWEB (VDSL)	74	69	70
EOLO (PONTE RADIO/WI-MAX)	66	71	70
TIM (FIBRA OTTICA)	68	71	70
VODAFONE (VDSL)	69	68	68
FASTWEB (ADSL)	74	64	66
TIM (VDSL)	68	63	64
TISCALI (ADSL)	70	62	64
VODAFONE (ADSL)	69	62	63
WINDTRE (ADSL)	69	60	62
EOLO (ADSL)	66	60	62
TIM (ADSL)	68	58	60



GIUDIZIO SUGLI OPERATORI		
Operatore	Fatturazione (correttezza, trasparenza)	Servizio clienti, assistenza
SPUSU	87	83
COOPVOCE	87	82
APPLETV+	83	78
ILIAD	85	78
AMAZON PRIME VIDEO	80	78
DISNEY+	80	76
NETFLIX	79	76
DISCOVERY+	79	75
ARUBA	79	74
SKY	77	73
HO.	84	73
EOLO	78	69
VERY MOBILE	82	67
FASTWEB	76	66
NOW TV	76	66
EUROSPORT	72	66
POSTEMOBILE	76	66
LINKEM	76	65
INFINITY+	74	65
KENA MOBILE	79	65
TISCALI	78	63
VODAFONE	66	62
WIND TRE	70	61
TIM	64	58
UNO	77	58
DAZN	60	47

BOLLETTE E ASSISTENZA

La nostra inchiesta mostra che sulla trasparenza e la correttezza delle bollette ci sono alcuni operatori importanti, come Tim, Vodafone e Dazn, che non vanno oltre una soddisfazione media. Diversi operatori, poi, non sono graditi per quanto riguarda l'assistenza fornita dal servizio clienti, soprattutto Dazn.

GLI OPERATORI PIÙ CONSOLIDATI SONO QUELLI CHE OFFRONO POCA TRASPARENZA E MENO ASSISTENZA

» TELEFONIA MOBILE

Per quanto riguarda la telefonia mobile, gli intervistati sono più soddisfatti degli operatori meno diffusi, i cosiddetti provider "virtuali" perché offrono servizi di telefonia mobile senza possedere infrastrutture proprie, come avviene per i classici operatori telefonici. Fa eccezione Iliad, che si posiziona al primo posto. Seguono in classifica ben quattro compagnie low cost della telefonia, che figurano tra i primi posti: CoopVoce, l'offerta telefonica di Coop che si appoggia alla rete Tim; Spusu e Very Mobile, operatori virtuali collegati alla rete WindTre; Ho. ovvero il servizio low cost di Vodafone. Gli operatori più diffusi, Tim, Vodafone e WindTre, si trovano nella parte bassa della classifica e nessuno raggiunge un livello di soddisfazione ottima.

TELEFONIA FISSA E INTERNET

Il 56% del campione ha un contratto con la fibra ottica. Come si vede in tabella, chi l'ha scelta per la rete di casa è più soddisfatto di chi ha una connessione Adsl o Vdsl (tecnologia analogica, ma più veloce). Anche per la telefonia fissa si ripropone l'apprezzamento per gli operatori che offrono prezzi contenuti, come la fibra di Iliad, che supera il wifi di Sky e di Fastweb. I servizi di Adsl, invece, sono in fondo alla classifica. Da segnalare che Vodafone, Tim e WindTre non vanno oltre un giudizio medio. Un socio su cinque racconta di non usare mai il telefono fisso per fare

telefonate, segno che forse questo tipo di servizio sta diventando superfluo, soprattutto se è a pagamento. Il 40% non sa dire qual è la velocità di connessione della rete.

GLI OPERATORI PIÙ AMATI

In genere è molto soddisfatto chi ha sottoscritto un contratto a prezzi davvero contenuti. L'inchiesta mostra anche che ci sono problemi di trasparenza delle bollette tra diversi operatori importanti come Tim e Dazn, che non vanno oltre una soddisfazione media. Diversi operatori, poi, non sono graditi per quanto riguarda l'assistenza fornita dal servizio clienti: a essere meno apprezzate sono le compagnie telefoniche principali: WindTre, Vodafone e Tim. La peggiore è la pay tv Dazn, ultima in classifica per l'assistenza fornita quando ci sono problemi tecnici, come fanno molti abbonati. Emerge comunque più in generale che una parte degli utenti è insoddisfatta ed è intenzionata a cambiare fornitore telefonico e pay tv. Lo rivelano i numeri: il 12% dei soci ha intenzione di scegliere un altro operatore mobile nei prossimi sei mesi, mentre per il telefono fisso e internet lo pensa il 20%. ●



Sul nostro sito puoi trovare la compagnia più adatta. altroconsumo.it/internet-telefono

Caffè: fa bene o fa male alla salute?

C'è chi sostiene che il caffè sia un vero e proprio toccasana e chi, invece, lo considera una cattiva abitudine. Chi ha ragione? Molti studi ci dicono che la tazzina può giovare alla salute. Ecco perché.

di Michela Di Mario





“1 Il caffè è un piacere, se non è buono che piacere è?”. Lo diceva il grande Nino Manfredi in una pubblicità degli anni Ottanta. Un piacere condiviso da molti: il 74% degli italiani, infatti, beve caffè regolarmente, ogni giorno (dati Consorzio promozione caffè del 2023). C'è, però, anche chi lo critica considerandolo un nemico della salute. Ma tra detrattori e sostenitori chi ha ragione? Per dare una risposta seria al quesito abbiamo passato in rassegna alcuni studi, condotti in diversi Paesi, che hanno analizzato e valutato i dati disponibili sugli effetti del consumo di caffè sulla salute. La conclusione a cui arrivano i ricercatori è che il caffè può essere un prezioso alleato: un consumo moderato può addirittura abbassare il rischio di contrarre alcune malattie. Insomma, sembra proprio che il caffè possa aiutarci a stare meglio.

Antiossidanti: il vero segreto del caffè

La componente principale del caffè è l'acqua, presente al 95%; il restante 5% è composto da una serie di sostanze, tra cui la caffeina. La presenza di queste sostanze nella tazzina, caffeina compresa, dipende da vari fattori: dalla varietà del caffè (in genere il tenore di caffeina è pari al 2-3% nella specie robusta, mentre nell'arabica si mantiene attorno a valori di 1-2%), dal tipo di miscela, dal tipo di tostatura (che ne modifica la composizione chimica) e dalla modalità di preparazione della bevanda (espresso, americano). La conservazione del prodotto, poi, incide su aromi e profumi.

Il caffè è poi ricco di sostanze antiossidanti: ne contiene centinaia, tra cui gli acidi clorogenici, che appartengono alla famiglia dei fenoli, e le melanoidine, sostanze che si sviluppano grazie alla tostatura. Gli antiossidanti sono in grado di contrastare gli effetti

dannosi dei radicali liberi e quindi si pensa che possano contribuire a ridurre il rischio di sviluppare numerose patologie in cui i radicali liberi hanno un ruolo, come ad esempio le malattie cardiovascolari, l'Alzheimer o i tumori.

Il caffè contiene, inoltre, altri componenti utili per l'organismo, come zuccheri, aminoacidi, lipidi, sali minerali (tra cui magnesio e potassio) e vitamine (niacina o B3). La sensazione di acidità è data da alcuni acidi detti alifatici (ad esempio acido citrico, malico), mentre le sostanze volatili sono responsabili degli innumerevoli aromi percepiti sorseggiando una tazzina.

Caffeina: che cos'è e quali effetti ha

La caffeina si trova in grandi quantità nel caffè, ma è presente anche in altre bevande come tè, cola, energy drink. Ha diverse proprietà, tra le quali quella di stimolante, perché aumenta la vigilanza, la reattività, la capacità di concentrazione, mentre riduce il senso di fatica e mitiga la mancanza di sonno. Ad alte dosi può dare agitazione, ansia, irritabilità e insonnia.

Questa sostanza ha poi altri effetti: aumenta la frequenza del battito cardiaco; aumenta il ritmo e la profondità del respiro; stimola la diuresi e la peristalsi intestinale; ha proprietà analgesiche utili nel trattamento delle emicranie e potenzia l'effetto analgesico di paracetamolo e antinfiammatori non steroidei, quando combinata ad essi. Le azioni della caffeina sono dunque varie, ma molte di queste si possono osservare solo quando viene assunta in dosi elevate in una sola volta o nel breve periodo, cosa che non avviene con un consumo moderato di caffè.



**Secondo l'Efsa, bere 3-4 caffè
nel corso della giornata non comporta
problemi di salute negli adulti sani.**

Perchè il caffè fa bene alla salute

Gli effetti benefici del caffè non sembrerebbero imputabili a una sostanza in particolare (alla sola caffeina per intenderci), ma al mix di altre molecole antiossidanti di cui questa bevanda è ricca. Inoltre, nessuna ricerca è in grado di dire, per esempio, che bere 20 ml di caffè arabica al giorno per un certo numero di anni aiuti a diminuire il rischio di diabete. I dati che riportiamo nelle schede delle pagine seguenti (dove si possono leggere nel dettaglio gli effetti positivi e quelli negativi del caffè sulla salute) sono il risultato del confronto tra persone che hanno un consumo nullo o sporadico con persone che ne hanno un consumo quotidiano e ricorrente, protratto per un arco di tempo molto ampio. I dati, cioè, ci parlano di effetti relativi e non assoluti.

La dose giusta? Dipende da molti fattori

Si dice che è la dose a fare di una sostanza un veleno o un rimedio. Un modo di dire che calza alla perfezione anche per il caffè. Qual è, dunque, la dose giusta? Secondo le raccomandazioni dell'Efsa, bere 3-4 caffè nel corso della giornata non comporta problemi per gli adulti sani. Molto, però, dipende dalla personale reazione che si ha alla caffeina: la risposta individuale varia non solo in base al peso corporeo, ma anche alla velocità con cui il proprio metabolismo riesce a smaltirla. Esistono infatti persone che, geneticamente, sono metabolizzatori lenti (avranno quindi effetti più duraturi e accentuati), mentre altre, sempre per ragioni congenite, sono caratterizzate da un metabolismo rapido della caffeina (avranno effetti meno marcati e duraturi).

Si può bere caffè in gravidanza?

La risposta è sì, ma con diverse precauzioni: non superare le due tazzine al giorno ed evitare altri alimenti che contengono caffeina.

INCINTA MEGLIO NON SUPERARE I 200 MG DI CAFFEINA AL GIORNO

In gravidanza, il metabolismo della caffeina è molto più lento e questa sostanza attraversa facilmente la barriera placentare, arrivando al feto. Dagli studi disponibili si è visto che il consumo di caffè potrebbe aumentare il rischio di basso peso alla nascita, di nascita prematura e aborto, ma i dati sono controversi. Secondo le raccomandazioni dell'Efsa, per le donne in gravidanza, un quantitativo di caffeina fino a 200 mg (pari a 1-2 caffè al giorno), non crea preoccupazioni per la salute del feto.

ALLATTAMENTO: IL CAFFÈ VA RIDOTTO E PRESO LONTANO DALLE POPPATE

Discorso analogo a quello della gravidanza può essere fatto per l'allattamento. La caffeina, infatti, passa nel latte materno e ciò può causare una maggiore irritabilità del lattante e provocare la comparsa di disturbi del sonno. È bene quindi evitare di bere più di due tazzine al giorno e stare attenti a farlo lontano dalle poppate. Bisogna, infine, ricordarsi che la caffeina è contenuta anche in altre bevande (come ad esempio il tè e la cola) e in alcuni cibi come il cioccolato. Occorre quindi fare attenzione ed evitare di consumare questi alimenti contemporaneamente, per non assumere una quantità eccessiva di caffeina.



Gli effetti del caffè sulla salute

Effetti Positivi

PARKINSON

È sorprendente il ruolo protettivo che il caffè può avere contro la malattia di Parkinson. Studi recenti hanno rilevato che l'abitudine a consumare caffè e tè può ridurre di circa il 20% il rischio di sviluppare il morbo di Parkinson rispetto a chi non ne fa uso. Ma c'è di più: il consumo di caffeina (presente nel caffè come in altre bevande) potrebbe avere un effetto benefico sulla progressione della malattia nei pazienti con i primi sintomi del Parkinson.

Altre ricerche, che hanno coinvolto più di 300.000 persone seguite dai 5 ai 25 anni, non hanno rilevato invece alcuna associazione tra il consumo di caffè e il rischio di demenze.

Anche per quanto riguarda, nello specifico, la malattia di Alzheimer, il consumo di caffè non sembra avere un effetto né protettivo né dannoso sull'insorgenza del morbo.



ICTUS, INFARTO E PRESSIONE

Il consumo di caffè non si associa, né per i sani né per gli ipertesi, a un aumento del rischio di avere un infarto, un ictus o altri eventi cardiovascolari gravi. Questo per due motivi: lo sviluppo della tolleranza da parte del fisico dopo un certo periodo all'azione della caffeina; l'effetto benefico degli antiossidanti del caffè che contrastano i fenomeni arteriosclerotici a livello delle arterie (meccanismi all'origine di infarti e ictus). Per quanto riguarda la pressione, la caffeina è in grado di aumentarla in modo considerevole, sia nelle persone sane che negli ipertesi. Questo, però, succede solo con dosi elevate (2-3 caffè insieme). Consumi moderati (fino a 4 tazzine al giorno), hanno un effetto sulla pressione molto più contenuto e alla lunga non aumentano in modo significativo il rischio di sviluppare ipertensione.

DIABETE

Chi ha un consumo elevato di caffè (pari a 5 o più tazze al giorno) sembra avere un rischio di sviluppare diabete più basso di circa un terzo rispetto a chi non ne consuma. È quanto emerge da due diversi studi: uno svedese del 2018 e uno del 2017 condotto da ricercatori italiani e inglesi. Probabilmente molte delle sostanze presenti nel caffè riescono a intervenire nella regolazione dell'insulina e del glucosio, influenzando così l'insorgenza del diabete. Anche nei diabetici il consumo di caffè non è associato a rischi: nonostante alcuni studi abbiano dimostrato che dosi elevate di caffeina (somministrate in una volta sola) possono ridurre la risposta all'insulina, peggiorando così la glicemia, ricerche più recenti hanno osservato un miglioramento di questo parametro con un consumo abituale di caffè.

COLESTEROLO

Alcuni studi condotti in Nord Europa negli anni '80 avevano evidenziato che l'assunzione di caffè era correlata con un aumento dei livelli di colesterolo nel sangue. Studi successivi, però, non hanno confermato questo dato: a influire sul colesterolo non era il caffè, ma il metodo con cui veniva preparato. L'effetto del caffè sull'aumento di questo grasso nel sangue è legato all'azione di due sostanze, cafestolo e cafeolo, che vengono rilasciate durante la bollitura (preparazione tipica di questa bevanda in Paesi come la Norvegia e la Finlandia). Queste sostanze sono quasi del tutto assenti nel caffè americano, in quello espresso oppure preparato con la moka. In ogni caso, non vi sono prove che il consumo di caffè a lungo termine sia associato al rischio di un aumento del colesterolo nel sangue.

TUMORI

Cavità orale e faringe. Chi consuma dosi più elevate di caffè sembrerebbe avere un rischio inferiore di sviluppare un cancro alla cavità orale e alla faringe rispetto a chi ne consuma meno.

Fegato. Il consumo di caffè abituale avrebbe un effetto benefico sul fegato, perché in chi ne beve di più, rispetto a chi ne beve poco o niente, potrebbe ridurre di circa la metà il rischio di cirrosi epatica, fattore di rischio per lo sviluppo di un carcinoma epatico.

Prostata. Un consumo elevato di caffè (pari a 5 o più tazze al giorno), rispetto a un uso sporadico o nullo, potrebbe offrire una piccola protezione contro il tumore della prostata.

Tumori femminili. È stato rilevato un effetto protettivo del caffè nei confronti del tumore dell'endometrio. Di contro, però, non si osserva alcun beneficio sui tumori dell'ovaio e della mammella.

Effetti negativi

STOMACO

In alcuni il caffè può causare acidità di stomaco: la caffeina, infatti, stimola la secrezione gastrica. Chi soffre di gastrite, reflusso gastro-esofageo o ulcera gastrica farebbe meglio a evitare questa bevanda. Questo non significa però che il caffè sia la causa di queste malattie. Anzi, in generale, aiuta a digerire, perché stimola la secrezione di bile, necessaria per la digestione dei grassi. Per quanto riguarda, invece, il tumore allo stomaco va detto che, dagli studi a disposizione, non è emersa alcuna associazione tra consumo di caffè e rischio di cancro allo stomaco. Nel 2017, un'analisi degli studi effettuati aveva messo in relazione il consumo di caffè con un lieve aumento del rischio di ammalarsi di questa malattia, ma, a detta degli autori, tale risultato sembra essere influenzato dall'effetto confondente del fumo.



MAL DI TESTA

La caffeina può aiutare chi soffre di emicranie (il tipo più comune di cefalea, in pratica il mal di testa) grazie alla sua azione di vasocostrizione a livello dei vasi cerebrali, alleviando così il dolore e potenziando l'effetto analgesico dei farmaci usati, come il paracetamolo e i farmaci antinfiammatori non steroidei (come l'aspirina). La caffeina ne migliora, infatti, l'assorbimento, velocizzando l'insorgenza dell'effetto. Però è vero anche che il caffè fa parte degli alimenti (come cioccolato e cacao) che possono causare mal di testa nelle persone che ne soffrono in modo ricorrente, così come l'astinenza da caffeina può dare mal di testa in chi è solito consumare caffè. I sintomi, in genere, insorgono entro 1-2 giorni dalla sospensione, ma passano da soli in pochi giorni e sono attenuati da ulteriori somministrazioni di caffè.

SONNO

La caffeina tiene svegli perché ritarda il sonno. Questa sostanza, infatti, viene assorbita rapidamente dall'organismo e gli effetti stimolanti possono manifestarsi già dopo 15-30 minuti dall'ingestione, persistendo per alcune ore. Il tempo impegnato dall'organismo per eliminare la caffeina varia ampiamente da persona a persona (a seconda di fattori quali l'età, il peso corporeo, lo stato di salute), ma la sua durata d'azione è in genere compresa tra le 2,5 e le 4,5 ore. Meglio, quindi, non assumere caffè poco prima di mettersi a letto, soprattutto se si è sensibili alla caffeina. Anche l'Efsa è d'accordo. Secondo l'Autorità europea per la sicurezza alimentare dosi singole di 100 mg (circa 1,4 mg/kg di peso corporeo) di caffeina, equivalenti a un caffè, possono influenzare la durata e la qualità del sonno negli adulti.

FARMACI

La caffeina può interagire con alcuni farmaci, soprattutto quelli che svolgono la loro azione a livello del sistema nervoso centrale. È quindi opportuno, specialmente per gli anziani che prendono molti medicinali nel corso della giornata, valutare l'opportunità dell'assunzione di caffè col proprio medico. Meglio non associare caffè e farmaci a base di pseudoefedrina (presente in molti prodotti contro raffreddore e sintomi influenzali), per evitare effetti indesiderati quali tachicardia, ipertensione e aritmia. La caffeina potenzia l'effetto analgesico di paracetamolo e antinfiammatori non steroidei, quando combinata a essi, perché ne migliora l'assorbimento e la biodisponibilità rendendo più rapido l'insorgere dell'effetto. In generale, per evitare interazioni, meglio distanziare di un'ora l'assunzione di farmaci e di caffè.

TROPPO CALDO PUÒ FAR MALE

Nel 2016 l'Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro (AIRC) ha raccolto tutte le informazioni disponibili sul legame tra consumo di bevande calde e cancro. Dall'analisi dei numerosi studi scientifici sul tema, gli esperti dell'Agenzia hanno individuato una relazione tra consumo di bevande calde e incidenza del tumore dell'esofago. L'AIRC ha concluso che il consumo regolare di bevande molto calde (a una temperatura superiore a 65 °C) è "probabilmente cancerogeno" per gli esseri umani. Va precisato che il pericolo non deriva dal tipo di bevanda, ma dalla temperatura: è infatti il calore a renderla potenzialmente pericolosa. Meglio quindi lasciare raffreddare le tazze contenenti bevande bollenti, caffè compreso, fino ad arrivare a una temperatura inferiore a 60 °C prima del loro consumo.



Etichette furbette

Solo la lista degli ingredienti e i valori nutrizionali ti dicono che cosa stai davvero comprando.
Non farti irretire da slogan e immagini in bella mostra sulle confezioni.
Qualche esempio di etichetta poco chiara (ma al super ce ne sono molte altre).

di Manuela Cervilli

Attorno ai prati in fiore e dal bicchiere di latte di montagna sul fronte della confezione, scopri poi che tra gli ingredienti del gelato c'è solo latte in polvere? Capita spesso. Esiste infatti una grossa differenza fra le immagini e gli slogan in bella mostra sulla confezione di un prodotto alimentare e la lista degli ingredienti e i valori nutrizionali da indicare, per legge, in etichetta. L'etichetta è la carta di identità di un alimento: leggerla è una sana abitudine che fa capire cosa compri.

Affidati alla lista e ai nutrienti

Nella lista degli ingredienti sono elencati, in ordine decrescente, tutti gli ingredienti usati per prepararlo, compresi additivi e aromi. Solo quelli in quantità inferiori al 2% possono essere indicati in ordine casuale. Gli additivi, elencati con nome o numero E, devono essere preceduti dal nome della categoria (coloranti, conservanti...). Solo la lista degli ingredienti ti permette di verificare se quanto viene pubblicizzato sul fronte della confezione è vero. Un altro strumento da usare è la dichiarazione nutrizionale, obbligatoria per la maggior parte degli alimenti confezionati: è una tabella con sette voci relative a 100 g di prodotto (energia, carboidrati, zuccheri, proteine, grassi, grassi saturi e sale) più altri nutrienti (fibre, vitamine, ...). Guardandola puoi confrontare prodotti anche molto simili. Al super trovi molte confezioni con immagini o slogan che possono indurti a pensare che un prodotto abbia caratteristiche che in realtà non ha: nelle pagine seguenti abbiamo selezionato alcuni esempi di etichette furbette. Prova a smascherarle anche tu.

L'etichetta che vorrei

Spesso le etichette sono poco leggibili e con slogan furbetti capaci di influenzare le scelte di acquisto. Ecco come vorremmo che fossero.

LA DENOMINAZIONE DAVANTI

Sul fronte dell'etichetta ci dovrebbe essere non solo il nome commerciale del prodotto (ad esempio, Sprite), ma anche la "denominazione di vendita", che dice la natura dell'alimento (bevanda analcolica con zuccheri ed edulcoranti). Questa informazione (obbligatoria per legge) finora è spesso relegata in una posizione meno visibile, in genere vicino alla lista degli ingredienti.

CHIAREZZA ANZITUTTO

La lista degli ingredienti dovrebbe essere comprensibile, facilmente leggibile (caratteri grandi, forte contrasto di colore tra le scritte e lo sfondo).

L'INGREDIENTE CON LA PERCENTUALE

Quando si mette in evidenza un ingrediente (per esempio le nocciole) andrebbe indicato, con lo stesso carattere, anche la percentuale con cui è presente. Se sono stati usati ingredienti con una funzione simile (per esempio: olio di semi, di oliva e extravergine di oliva) andrebbe enfatizzato il più pregiato solo se è in quantità maggiore rispetto agli altri.

SLOGAN E IMMAGINI APPROPRIATI

Sui prodotti con un profilo nutritivo discutibile non andrebbero messi slogan nutrizionali e salutistici. Il prodotto andrebbe poi rappresentato in modo fedele e realistico, evitando immagini fantasiose che hanno poco a che vedere con il contenuto.



I crostini



L'INTEGRALE NON È TUTTO UGUALE

La parola "integrale" non ha sempre lo stesso valore. Vi facciamo un esempio, uno dei tanti che si possono trovare al supermercato. Nei Granetti Mulino Bianco, per esempio, 95 g su 100 g di prodotto sono rappresentati da farina integrale. Altra cosa sono invece i Crostini Carrefour, dove l'ingrediente principale è la farina di frumento tipo 0 e la farina integrale rappresenta solamente il 30% del prodotto. Ecco perché è importante andare oltre la denominazione di vendita che viene riportata sul fronte della confezione.

La confettura

NON È TUTTO FRUTTI DI BOSCO

Questa confettura punta molto a legare il prodotto con il concetto di natura. Anzitutto con il nome "Natù" che evoca un riferimento alla natura. Poi con lo slogan sulla confezione che afferma che il 95% del prodotto è costituito da frutta. Chi guarda con poca attenzione questa etichetta può erroneamente pensare che nel vasetto ci sia il 95% di frutti di bosco, visto anche la presenza di un'immagine con raffigurati solo questo tipo di frutti. La realtà però è ben diversa: i frutti di bosco sono solamente il 55% di questa confettura; il 40% rimanente è costituito da purea di mela. Della nostra mela però non c'è alcuna immagine sulla confezione.



Le patatine

L'OLIO DI OLIVA PER ATTIRARE L'ATTENZIONE

Le patatine sono un alimento da consumare sporadicamente perché grassi e sale abbondano. Uno stratagemma per attirare l'attenzione anche dei consumatori più attenti alla salute è quello di mettere in bella mostra sulla confezione uno degli ingredienti principe della dieta mediterranea: l'olio di oliva. Sul fronte della confezione, dunque, si dichiara che la ricetta è preparata con olio di oliva, ma leggendo gli ingredienti si scopre in realtà che il 90% dell'olio utilizzato per la preparazione di questa patatina è olio di semi di girasole.



L'infuso



LA MODA DEGLI INGREDIENTI ESOTICI

I prodotti che contengono ingredienti esotici sono sempre più di moda e il marketing cavalca sempre l'onda delle mode, anche nel settore alimentare. Forse è per questo che sulla confezione di questo infuso si fa riferimento, non solamente a parole ma anche con belle immagini, allo zenzero, al karkadè e ad altri frutti tropicali. In realtà, se si legge attentamente l'etichetta, si scopre che l'ingrediente principale di questa tisana è la più nostrana mela, che costituisce quasi il 50% del prodotto (47,5%). Molto spesso l'ingrediente principale si scopre solo leggendo attentamente la lista degli ingredienti.

Il gelato

L'ILLUSIONE DEL LATTE DI MONTAGNA

Il gelato, come tutti i dolci e gli snack, dovrebbe essere consumato solo ogni tanto. Per dare a questo genere di prodotti un'aura più salutare, il marketing di questo gelato biscotto vanta in etichetta un ingrediente nutrizionalmente importante, il latte. Di questo si evidenzia soprattutto l'origine alpina ("Con latte alpino"), rinforzando la sua immagine bucolica con un mazzolino di fiori di campo. In più si mostra sulla confezione un bel bicchiere della bevanda, lasciando intendere che per la preparazione del gelato è stato usato il latte così come natura crea. In realtà, leggendo meglio la lista degli ingredienti, si scopre che il latte usato per la preparazione del prodotto è latte in polvere. Insomma non proprio uguale al bicchiere di latte di montagna raffigurato sulla confezione.



I biscotti

SIMILI, MA NON UGUALI

Questi due biscotti sembrano molto simili tra di loro. Lo sono davvero? Il prodotto Misura vanta sul fronte dell'etichetta "-60% di grassi saturi rispetto alla media dei frollini più venduti", lasciando intendere che la sua composizione in grassi è più salutare rispetto a quella di altri prodotti analoghi che popolano gli scaffali della grande distribuzione. Probabilmente in molti casi è così, ma per scegliere consapevolmente non bisogna affidarsi agli slogan, ma leggere la dichiarazione nutrizionale presente sull'etichetta. Se così facessimo, nel carrello della spesa probabilmente finirebbero i biscotti del Mulino Bianco. I frollini Misura, infatti, contengono 1,9 g/100 g di grassi saturi contro gli 1,6 g/100 g dei frollini Mulino Bianco. E quest'ultimi non riportano alcun riferimento al tenore in grassi saturi sulla confezione.



I crackers

NON SOLO FARINA DI RISO

Sul fronte della confezione di questi crackers si vanta la presenza di riso integrale soffiato, farina di riso Venere e farina di mais integrale. Complice anche il nome della linea (Riso su Riso) si è portati a pensare che si tratti di un prodotto adatto a chi non può consumare glutine. Ma non è così: il primo ingrediente, infatti, è la farina di frumento tenero tipo 2, che costituisce il 75% del prodotto. Alcuni prodotti non sono quello che sembrano...



I bastoncini vegetali

LE VERDURE? SONO UN MIRAGGIO

La nuova linea di Findus Green Cuisine pubblicizza, sul fronte della confezione, lo slogan "Tutto il buono delle verdure". Peccato che tra gli ingredienti di questi bastoncini vegetali le verdure non siano affatto presenti. Gli ingredienti elencati nella lista (sul retro) sono: flocchi di riso reidratati 40%, farina di frumento, acqua, olio vegetale di colza, glutine di frumento, amido di patata, aromi naturali, sale, fibra di frumento, lievito, spezie. Tutti questi ingredienti sono di origine vegetale, è vero, ma non hanno nulla a che fare con le verdure, che hanno invece il compito fondamentale di apportare nella nostra dieta una quota importante di fibre.



Le caramelle



SENZA COLORANTI ARTIFICIALI, MA CON COLORANTI

Gli additivi alimentari in generale e in particolare i coloranti, soprattutto se di natura sintetica, sono percepiti come qualcosa di non adatto alla nostra salute e soprattutto a quella dei più piccoli. Per questa ragione, sul fronte della confezione di queste coloratissime caramelle si vanta l'assenza di coloranti artificiali. La scritta "Senza coloranti artificiali" non significa, però, che i coloranti non siano per nulla presenti. Nella lista degli ingredienti troviamo ben cinque additivi coloranti (anche se di origine naturale): curcumina, carminio, caroteni, luteina, antociani. E in aggiunta, una lunga lista di concentrati di frutta e piante (cartamo, spirulina, mela, rafano, ribes nero, limone), aggiunti non tanto per aumentare la quota di frutta e verdura che assumiamo con la dieta, ma semplicemente per dare colore alle caramelle.

Le etichette in queste pagine sono prese in considerazione a titolo di esempio.

Abbassa la Bolletta

GRUPPO D'ACQUISTO
— 8° EDIZIONE —

Insieme risparmiamo sui costi di luce e gas.

- ✓ Prezzo conveniente verificato da Altroconsumo
- ✓ Selezione di fornitori di qualità
- ✓ Fornitura luce rinnovabile 100%

Come partecipare

1

Registrati **GRATIS**.

Il Gruppo d'Acquisto è **aperto a tutti**. Per i soci il risparmio è **ancora più vantaggioso!**

2

Inserisci i tuoi dati di consumo per sapere **quanto puoi risparmiare**

3

Con un'**asta al ribasso** selezioniamo **offerte** Luce e Gas **esclusive** e ti contatteremo per comunicarti i vantaggi che puoi ottenere attivandole

4

Valuta **senza impegno** se scegliere l'offerta e ricordati che puoi sempre **contare sulla trasparenza** di Altroconsumo

Con le precedenti edizioni più di **500.000 famiglie** hanno cambiato fornitore con Abbassa la bolletta risparmiando in media **250 € all'anno**

Aderisci gratuitamente al Gruppo d'Acquisto e insieme otterremo un'offerta vantaggiosa



altroconsumo.it/abbassalabolletta

L'OMBRA DEI RISULTATI SUI SOLARI VISO

Il nostro primo test dell'anno sui solari, focalizzato sulle creme viso, "scotta". Ben cinque prodotti, infatti, escono dal laboratorio con la maglia nera perché non proteggono quanto promettono.

di Lorenza Resuli



Chi scherza con il fuoco rischia di bruciarsi. O quantomeno di scottarsi. Non è solo un modo di dire parlando del sole e del suo “effetto desiderato” principale: la tintarella. Pur di conquistarla, spesso si fa l'esatto opposto di quanto suggerito dal buonsenso e caldeggiato dalle campagne informative sul melanoma, il più temibile tumore cutaneo: mai offrirsi ai piacevoli raggi del sole in modo eccessivo e senza difese. Senza, cioè, una buona crema solare con un indice di protezione (SPF) adeguato al proprio fototipo, sapendo però che nessuna è in grado di filtrare il 100% degli UV. E che per assicurarsi il massimo livello di difesa è fondamentale usarla bene: metterne tanta e riapplicarla ogni due ore, o subito dopo il bagno e la doccia. Questo vale a maggior ragione per l'unica zona del corpo che, insieme alle mani, è esposta 365 giorni all'anno: il viso, non a caso il più colpito dal fotoaging, l'invecchiamento cutaneo precoce. Oltre a essere sempre scoperto, il volto è caratterizzato da microaree fragili (come il contorno occhi) e può essere soggetto a varie problematiche (acne, rosacea, dermatite...). Tutto questo spiega e in parte giustifica l'esplosione di prodotti solari ad hoc: non c'è brand del settore che non ne proponga uno o più di uno. Molti solari viso, poi, vantano altre proprietà (antiaging, anti-macchie...) che li rendono assimilabili e spesso confondibili con i prodotti della “skincare” (sieri, creme ecc.), un fiorente mercato in espansione. Ma è proprio necessario acquistare un solare specifico per il viso, assai più costoso? No, perché **esercita la sua funzione primaria (proteggere dal sole) con gli stessi, identici filtri UV presenti in un solare classico,**

pensato per essere applicato su tutto il corpo. Inutile in chiave protettiva non significa inutile in generale. I vantaggi di un solare viso si giocano soprattutto sul terreno delle proprietà cosmetiche, non irrilevanti per questa zona speciale. **La sua consistenza più leggera e meno grassa punta a evitare l'antiestetico effetto di pelle lucida e a facilitare la successiva applicazione del trucco,** mentre la profumazione più delicata rispetta anche i nasi più sensibili. Queste creme, insomma, dovrebbero essere più piacevoli da “indossare”. E di certo sono più comode da portare con sé tutto l'anno, visto il formato ultraridotto. **Protezione e comfort sono le promesse di questi prodotti.** Le mantengono? Per rispondere inauguriamo la stagione dei test sui solari portando per la prima volta in laboratorio 12 creme specifiche per il viso con SPF 50 o 50+. Oltre alle prove di efficacia, sono state testate sulla propria pelle da un panel di consumatori, chiamati a valutarne le qualità cosmetiche.

LA PROTEZIONE DEVE ESSERE CHIARA COME IL SOLE

L'efficacia protettiva è stata verificata con una nuova metodica che usiamo dallo scorso anno, più etica dello standard ISO attuale per la verifica dell'SPF (ISO 24444:2019), in quanto non prevede la necessità che vengano provocati dei microeritemi sulla pelle dei volontari, e in grado di misurare il reale fattore di protezione sia dai raggi UVB (l'SPF) sia dai raggi UVA. I prodotti che non hanno superato del tutto questa prova (Piz Buin Hidro Infusion Sun Gel Cream Face SPF 50, Nivea Sun UV Viso Sensitive 50, Lancaster Sun Sensitive Oil Free Milky Face Fluid SPF 50, Bilboa Viso Con Vitamina C 50 e Vichy Crema Viso Vellutata SPF 50+) >>

IL METODO DEL TEST

DATA DI ACQUISTO E DI ANALISI DEI PRODOTTI

Abbiamo acquistato le creme solari di questo test tra luglio e novembre 2023. Sono state testate tra ottobre 2023 e febbraio 2024. La rilevazione dei prezzi è di febbraio 2024.

LA SCELTA DEI PRODOTTI

Per selezionare le creme viso da inserire in questo test ci siamo basati sui dati di vendita nella grande distribuzione (ipermercati, supermercati e discount) forniti da Circana e riferiti al periodo novembre 2021-novembre 2022.

IL PESO DELLE PROVE

L'efficacia protettiva dai raggi UVB (SPF) e UVA rispetto al grado di protezione dichiarato in etichetta è stato considerato il parametro più importante, che ha pesato per il 65% sul giudizio globale. La prova d'uso dei consumatori ha avuto un peso del 20%, mentre quello sull'impatto ambientale (composizione degli ingredienti e packaging) del 10%. La valutazione dell'etichetta (informazioni sia obbligatorie sia volontarie, ma utili), infine, ha inciso per il 5%. La presenza di ingredienti sconsigliati (per esempio potenziali interferenti endocrini, octocrylene, benzophenone ecc.) nella formulazione è stata considerata limitante sul giudizio di qualità globale, così come lo è la bocciatura nelle prove di protezione solare.



Per ulteriori dettagli sulla scelta dei prodotti, sul peso delle prove e, più in generale, sul metodo dei test, vedi:

altroconsumo.it/metodo-test-creme-solari

» sono stati poi ritestati secondo gli standard ISO correnti. I risultati hanno confermato la bocciatura: la protezione misurata in laboratorio, che corrisponderebbe a un SPF 30 in etichetta, era inferiore al 50 o 50+ dichiarato. In pratica, queste creme proteggono, ma un po' meno di quanto promesso. Visto che è la prima volta che un numero così alto di solari non supera la prova di efficacia, è lecito chiedersi cosa ci sia di diverso questa volta, ma non lo sappiamo: qualunque crema solare deve proteggere allo stesso modo e in linea con l'SPF dichiarato in etichetta.

PROVATE (E SPALMATE) PER VOI

In prodotti destinati al viso, la componente sensoriale conta ed è anche quella più enfatizzata dai marchi. La buona notizia è che questa volta i risultati non deludono. Il panel di consumatori che ha sperimentato i vari prodotti, dopo essere stati resi anonimi, ha espresso un giudizio globalmente positivo sulle varie caratteristiche cosmetiche (consistenza, odore, spalmabilità...). Particolarmente apprezzata Eucerin per la modalità di applicazione, la velocità di assorbimento e la profumazione. La cattiva notizia arriva dal fronte

ambientale, parametro che tiene conto della presenza di ingredienti più o meno tossici e inquinanti nella formulazione, delle caratteristiche dell'imballaggio primario (flacone) e secondario (scatola), nonché della perdita di prodotto residuo che resta nei contenitori. L'unica crema a conquistare la sufficienza piena è Avène, con una formulazione un po' meno impattante. Nota dolente: tutti i prodotti del test sono venduti in confezioni di cartone, completamente inutili. Sulle informazioni presenti in etichetta (obbligatorie e volontarie) fioccano i voti buoni.

CREME SOLARI

	QUALITÀ GLOBALE (SU 100)	PREZZI		CARATTERISTICHE			RISULTATI				
		In euro medio a confezione (febbraio 2024)	In euro medio per 100 ml (febbraio 2024)	Formato in ml	Profumo	Fragranze allergeniche	Etichetta	Protezione dai raggi UVB (SPF misurato)	Protezione dai raggi UVA (UVA-PF misurato)	Impatto ambientale	Prova d'uso
■ AVÈNE CREMA SENZA PROFUMO EFFETTO INVISIBILE	67	19,40	38,80	50			★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
COLLISTAR CREMA VISO SOLARE PROTEZIONE ATTIVA 50+	64	27	54	50			★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
NIVEA SUN TRIPLE PROTECT FLUIDO IDRATANTE ULTRA LEGGERO 50+	64	11,90	29,75	40	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
EUCERIN HYDRO PROTECT FLUIDO ULTRA LEGGERO SPF 50+	64	14,80	29,60	50	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
■ PREP CREMA SOLARE VISO SPF 50	61	11,10	22,20	50	✓	✓	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
GARNIER AMBRE SOLAIRE INVISIBLE SERUM SUPER UV SPF 50+	60	15,20	50,67	30			★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
EQUILIBRA ALOE CREMA SOLARE VISO ANTI-AGE 50+	59	10,10	13,47	75			★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PIZ BUIN HIDRO INFUSION SUN GEL CREAM FACE SPF 50	17	11	22	50	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
NIVEA SUN UV VISO SENSITIVE 50	14	9,50	19	50			★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
LANCASTER SUN SENSITIVE OIL FREE MILKY FACE FLUID SPF 50	13	37,50	75	50	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
BILBOA VISO CON VITAMINA C 50	12	10	20	50	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
VICHY CREMA VISO VELLUTATA SPF 50+	12	18,70	37,40	50	✓		★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★

Risultati pessimi ★★★★★ Risultati ottimi ★★★★★ Qualità bassa Qualità ottima

ANCHE I PREZZI SCOTTANO

Se si mettono a confronto i prezzi delle confezioni di crema solare per il corpo con il corrispettivo della stessa marca per il viso, queste ultime vincono per il prezzo più basso. Peccato che abbiano anche un formato ultraridotto (da 30 a 75 ml) e che, quindi, contengano meno della metà della crema. Mettendo a confronto i prezzi per 100 ml di prodotto, la situazione si ribalta: per una crema solare viso alla fine si arriva a spendere anche più del doppio o del triplo rispetto alle creme tradizionali. Ne vale la pena? ●



DA SAPERE La crema solare si applica quando si è ancora a casa, dopo la skincare quotidiana e prima del trucco.



ALTROCONSUMO CONSIGLIA

MIGLIORE DEL TEST



AVÈNE CREMA SENZA PROFUMO EFFETTO INVISIBILE 50

19,40 € (confezione da 50 ml)

67 QUALITÀ BUONA

Assicura la protezione promessa in etichetta. Buona, in particolare, quella dai raggi UVA, che per molti dei prodotti promossi è solo sufficiente. Con un impatto ambientale accettabile, ma migliorabile, si distingue positivamente in quanto è l'unico promosso del test. Disponibile in farmacie e parafarmacie, è una crema adatta a tutti perché senza profumi e fragranze. Peccato per il prezzo, abbastanza alto.

MIGLIOR ACQUISTO



PREP CREMA SOLARE VISO SPF 50

11,10 € (confezione da 50 ml)

61 QUALITÀ BUONA

Supera i test sulla protezione solare ed è stata apprezzata da chi l'ha sperimentata per la velocità d'assorbimento e la consistenza. L'etichetta offre molte informazioni volontarie utili e il fattore di protezione solare (SPF 50), ma non riporta la chiara indicazione del livello di questa protezione ("alta"). Disponibile nella grande distribuzione, offre il rapporto qualità-prezzo più vantaggioso.



Confronta tutti i prodotti testati su: altroconsumo.it/creme-solari



Cosa fare se fallisce il costruttore

Se il costruttore fallisce si può chiedere il rimborso delle somme anticipate riscattando la fideiussione, obbligatoria per legge. Il notaio deve certificarne la presenza negli atti.

di Simona Ovadia



Era una casa molto carina, senza soffitto, senza cucina. Non si poteva entrarci dentro perché non c'era il pavimento... È avendo in testa le parole di questa vecchia canzone per bambini che Luisa e Matteo, una giovane coppia di Macerata, stavano per coronare il sogno di diventare proprietari della loro prima casa. Ma la ditta costruttrice, a pochi mesi dalla consegna dell'immobile, fallisce, lasciando dietro di sé famiglie come quella di Luisa e Matteo e piccoli risparmiatori che vedono messi a repentaglio i propri progetti e quanto versato in acconto per l'acquisto.

Cosa fare, quindi? Una legge del 2005, la cosiddetta "legge Taic" per la tutela degli acquirenti di immobili da costruire, ha previsto una serie di strumenti per proteggere chi compra una casa in costruzione, stabilendo alcune tutele anche per il caso in cui il costruttore fallisca (tecnicamente dichiara lo "stato di crisi"). Queste tutele derivano dalla fideiussione del costruttore, una garanzia obbligatoria per legge, che copre nel caso di sua insolvenza nella restituzione delle somme. Per questo la prima cosa da fare è quella di verificare che il costruttore abbia sottoscritto la fideiussione, cosa che spetta al notaio che segue tutte le fasi della compravendita, dal preliminare al vero e proprio contratto di acquisto. Secondo la legge Taic il costruttore deve rilasciare e consegnare all'acquirente una copia del contratto di fideiussione, il cui importo deve essere corrispondente alle somme e al valore di ogni altro eventuale corrispettivo che il costruttore ha riscosso e che deve riscuotere dall'acquirente prima del trasferimento della proprietà >>

Vuoi comprare una casa in costruzione? Tutelati

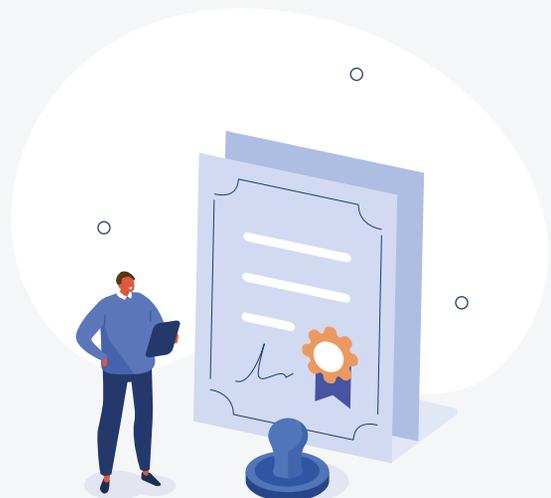
Comprare una casa in costruzione ha diversi vantaggi ma anche rischi, soprattutto se non si fanno le cose secondo la legge.

LA FIDEIUSSIONE È UNA TUTELA IMPORTANTE

La prima forma di tutela di chi compra una casa in costruzione è la fideiussione. Il costruttore ha l'obbligo di garantire le somme anticipate dall'acquirente prima del rogito con una speciale garanzia fideiussoria. La "fideiussione" è una specie di assicurazione che il costruttore contrae con una banca o un'assicurazione a favore dell'acquirente. Il costruttore è obbligato dalla legge (pena la nullità del contratto preliminare) a consegnare al compratore il contratto di fideiussione e la scheda tecnica che riporta tutti i dati dell'affare e l'ammontare della somma garantita, prima della firma del preliminare o, al più tardi, al momento della firma. La legge stabilisce che la fideiussione deve essere rilasciata da una banca o da un'assicurazione e non da intermediari finanziari.

SEMPRE IN PRESENZA DI UN NOTAIO

Il contratto preliminare è un altro aspetto da non trascurare: deve essere redatto con atto pubblico o scrittura privata autenticata e va firmato alla presenza del notaio. Anche questa è una tutela per il compratore: se non si rispetta quest'obbligo il contratto è nullo. Il ruolo del notaio è fondamentale in questa fase, perché controlla la regolarità del contratto prima che l'acquirente si impegni versando somme importanti.



Comprare casa in costruzione è rischioso: per questo la legge prevede diverse forme di tutela

» della casa. È quindi molto importante che tutti gli accordi tra costruttore e acquirente siano redatti in modo ufficiale secondo la legge: gli accordi presi senza la presenza di un notaio, magari basati sulla semplice fiducia o proposti in cambio di sconti sul prezzo, sono sempre molto rischiosi, ancora di più per chi compra un immobile che esiste solo “sulla carta” anticipando delle somme di denaro.

COME INCASSARE LA FIDEIUSSIONE

L'acquirente di un immobile in costruzione può richiedere il rimborso delle somme versate con i relativi interessi, recedendo dal contratto preliminare e facendo valere la fideiussione,

solo nel caso in cui il costruttore dichiari formalmente lo stato di crisi. Non basta, quindi, che venga a conoscenza di possibili difficoltà finanziarie dell'impresa: devono sussistere le condizioni giuridiche previste dalla normativa e certificate da un atto formale (indichiamo quali sono nel riquadro).

L'acquirente deve dichiarare formalmente al costruttore di voler rinunciare all'acquisto dell'immobile, attraverso raccomandata a/r o Pec, e chiedere al fideiussore, cioè alla banca o alla compagnia assicurativa che si sono impegnati a fornire la garanzia, sempre attraverso una lettera formale (a/r o Pec) il risarcimento

di quanto versato come anticipo con i relativi interessi maturati (in termini tecnici “l'escussione della fideiussione”).

Alla richiesta bisogna allegare tutta la documentazione che provi l'ammontare delle somme anticipate al costruttore (ricevute, bonifici...) e il valore di ogni altro corrispettivo eventualmente riscosso dal costruttore, ad esempio il valore di un altro immobile dato in permuta.

I dati del fideiussore, con relativo indirizzo, sono riportati sia nel preliminare, sia nel contratto che il costruttore deve aver consegnato all'acquirente prima di firmare il preliminare.

Se è già in corso una procedura concorsuale, la comunicazione di recesso ed escussione della fideiussione deve essere comunicata anche al curatore. Il fideiussore ha trenta giorni di tempo dal ricevimento della richiesta per restituire le somme: in caso contrario dovrà rimborsare all'acquirente eventuali spese legali sostenute per ottenere la restituzione oltre agli interessi. La legge non prevede invece l'eventuale risarcimento del danno.

I casi di crisi previsti dalla legge

Si può richiedere il risarcimento delle somme pagate attraverso l'escussione della fideiussione solo nei seguenti casi.

Chi compra una casa in costruzione chiedere il rimborso delle somme versate quando l'impresa del costruttore versa in stato di crisi. All'atto pratico, ciò succede quando avviene almeno una di queste condizioni:

- la trascrizione del pignoramento dell'immobile;
- la pubblicazione della sentenza di fallimento;
- la pubblicazione del provvedimento di liquidazione coatta amministrativa;
- la presentazione della domanda di concordato preventivo.



BISOGNA STARE ALL'ERTA

C'è una possibilità, sebbene molto rara, in cui non è possibile incassare la fideiussione. Si tratta della situazione in cui il curatore fallimentare decide di intervenire per onorare i contratti stipulati dal costruttore e far conseguire comunque agli acquirenti la proprietà dell'immobile, ad esempio quando l'immobile è già ultimato. In tal caso l'acquirente non ha più diritto a chiedere il rimborso delle somme anticipate.

Anche in questo caso, l'acquirente che non vuole più acquistare l'immobile può sciogliere il

contratto e chiedere il rimborso delle somme versate se si muove velocemente e notifica la sua decisione prima che il curatore notifichi la sua.

La volontà dell'acquirente prevale su quella del curatore fallimentare se l'acquirente incassa la fideiussione e ne dà comunicazione al curatore prima che questi comunichi la sua decisione di proseguire con la cessione del bene. Invece, la fideiussione non può più essere incassata dal momento in cui il curatore comunica di voler dare esecuzione al contratto.

SE L'IMMOBILE VA ALL'ASTA

Cosa succede ai futuri acquirenti se l'immobile viene messo all'asta? Dipende: se non sono entrati in possesso del bene, possono se lo desiderano partecipare all'asta per il riacquisto, ma non godono di alcuna facilitazione.

Se l'immobile viene consegnato prima del rogito (o del trasferimento di proprietà) e viene abitato (dall'acquirente, la moglie o un parente di primo grado), l'acquirente ha diritto alla prelazione: potrà comprare l'immobile al prezzo raggiunto nell'incanto, con precedenza rispetto agli altri offerenti. Per permettere l'esercizio di questo diritto, il tribunale ha l'obbligo di notificare all'acquirente l'esito dell'asta. Da quel momento, l'acquirente ha dieci giorni di tempo per esercitare la prelazione. Non esiste invece un diritto di riscatto, per cui nel caso in cui non si riesca ad esercitare la prelazione e l'immobile venga venduto ad un terzo, non è possibile chiedere la revoca della vendita.

La volontà di esercitare la prelazione deve essere notificata dall'ufficiale giudiziario all'autorità che procede alla vendita, offrendo

Vendi o compri casa? Ti aiutiamo noi

Altroconsumo mette a tua disposizione un assistente personale a cui delegare tutte le incombenze per vendere o acquistare casa.

Altroconsumo si è messo nei panni di chi deve comprare casa, ma anche di chi vuole venderla per acquistarne una nuova e magari deve ristrutturarla. Ha creato Passpartù, un servizio che mette a disposizione un assistente personale, esperto immobiliare, che ti starà accanto e farà anche le cose al posto tuo, dagli appuntamenti

con l'agenzia immobiliare alle incombenze burocratiche. Puoi fissare un appuntamento con uno dei nostri assistenti personali, che farà un colloquio gratuito per capire le tue esigenze e ti illustrerà contenuti e costi del servizio più adatto a te.

Per saperne di più vai su: www.passpartucasa.it



condizioni esattamente uguali a quelle a cui l'immobile è stato aggiudicato.

Se il costo definitivo dell'immobile è inferiore all'ammontare della fideiussione già riscossa, il proprietario dovrà restituire la differenza al fideiussore.

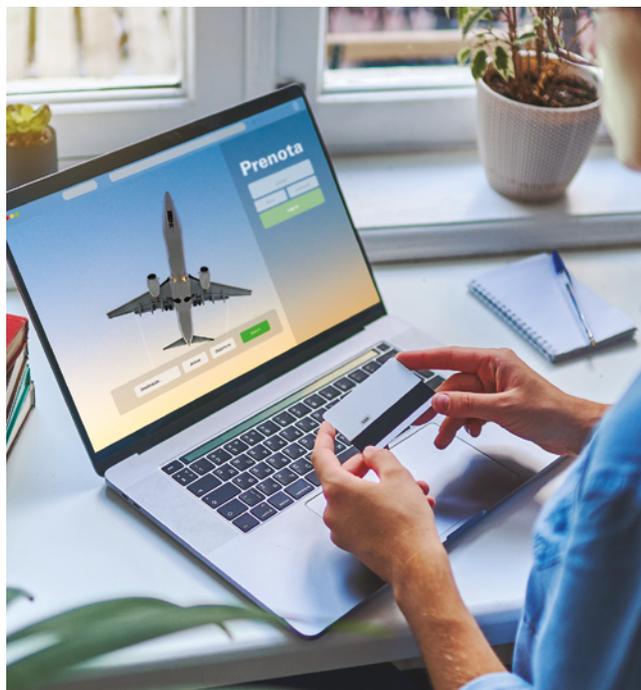
SE SI È GIÀ ROGITATO

È prevista un'ulteriore tutela che opera anche dopo il trasferimento della proprietà, cioè se l'acquirente ha già fatto il rogito ed è diventato ufficialmente proprietario. In questo caso l'immobile acquistato al giusto prezzo (inteso come valore di mercato che l'immobile

aveva al tempo della firma del preliminare) non può essere messo all'asta, ma solo se chi l'ha comprato s'impegna a stabilire lì la propria residenza principale, o quella del coniuge, dei parenti oppure degli affini entro il terzo grado, entro un anno dal rogito o dalla fine dei lavori. ●



Hai bisogno di una consulenza legale? Chiedi aiuto ai nostri avvocati.
altroconsumo.it/contattaci



Come acquistare biglietti aerei convenienti

- Per prima cosa va fatta una ricerca paziente tra i vari costi del volo, non fermandosi al prezzo che compare all'inizio. I costi extra che si aggiungono nel processo di acquisto possono essere molti e far lievitare di parecchio il prezzo finale dei voli low cost. Oltre al costo valuta bene anche gli orari che vengono proposti, ossia se ci sono scali e quante ore di attesa ci sono in aeroporto: spesso e volentieri i prezzi molto più bassi corrispondono a voli particolarmente scomodi.
- Alcune agenzie viaggi online (come Expedia, eDreams, Volagratis, Lastminute ecc.) propongono prezzi convenienti, ma attenzione: poi potresti dover gestire e pagare direttamente alla compagnia aerea alcuni servizi, come il check-in o il bagaglio.
- Ci sono anche i motori di ricerca, come Skyscanner o Kayak, che sono molto utili nella ricerca. Infatti permettono di vedere i voli più convenienti e poi portano sito della compagnia aerea per l'acquisto. Il consiglio è di fare una verifica anche sul sito della compagnia aerea per vedere se lo stesso volo, su quel canale, può costarti di meno.

Il trasportino più adatto per te e il tuo animale

Il trasportino deve essere comodo non solo per il cane o il gatto ma anche per il proprietario. Ecco alcuni consigli per scegliere bene.

- Le dimensioni devono consentire al cane o al gatto di stare in piedi, di voltarsi, sedersi e sdraiarsi. Non deve essere però troppo grande perché l'eccessivo spazio interno potrebbe far scivolare l'animale durante il viaggio. E anche per il proprietario potrebbe essere scomodo da trasportare.
- Fate attenzione a maniglie, bretelle e tracolle: devono essere robuste e solide, in modo da essere comode per chi porta il trasportino, ma anche per non mettere in pericolo l'animale nel tragitto.
- Il trasportino deve essere fatto in modo che l'aria possa entrare generosamente, in modo che si limiti l'affanno che spesso si manifesta perché l'animale è in una situazione di stress (per abituarlo, si può lasciare il trasportino aperto in soggiorno, con una coperta morbida e il suo gioco preferito).
- Il trasportino deve essere completamente lavabile, sia nelle parti rigide che in quelle morbide. Di conseguenza, quando lo acquistate, verificate che sia possibile smontarlo così da poterlo lavare comodamente.



Sostanze ecologiche per pulire il wc: funzionano?



I prodotti per la pulizia del wc sono aggressivi per l'ambiente. Ci sono alcune alternative: vediamo quali sono davvero efficaci.

ACETO E ACIDO CITRICO: NON RIMUOVONO LO SPORCO, l'aceto puro funziona contro il calcare ma se la superficie è verticale scivola via perdendo efficacia. L'acido citrico è la miglior scelta come efficacia anticalcare e ha un basso impatto ambientale e va diluito in acqua.

BICARBONATO: HA UN PO' DI EFFICACIA, in particolare, nella rimozione dello sporco, ma non ha alcun effetto sul calcare. Si può fare una pappetta con un po' di acqua da spalmare sulle pareti del wc, lasciare agire e strofinare. Aceto o acido citrico insieme al bicarbonato è una miscela senza efficacia né come anticalcare né per la pulizia perché le sostanze insieme si annullano.

LIMONE O COCA COLA, il limone contiene una piccola parte di acido citrico, troppo poco per essere efficace contro il calcare e non rimuove lo sporco. Mescolato con il bicarbonato,

non ha più'efficacia. La Coca cola è acida e ha un po' di efficacia sul calcare, ma non quanto l'acido citrico. Inoltre scivola via senza pulire.

LA NOSTRA RICETTA: 300 ml di acqua calda, 8 gr. di agar agar, 400 ml di aceto bianco di vino o di mele. Scalda l'acqua in un pentolino e aggiungi l'agar agar, porta a ebollizione e mescola per un minuto. Spegni e lascia raffreddare finché si forma una crosticina, rompi e mescola fino ad ottenere una consistenza simile a una granita. Poi versa 100 ml di aceto e mescola velocemente con una frusta o un frullatore a immersione. Quando il composto è omogeneo, versa gli altri 300 ml di aceto. Va lasciato agire almeno mezz'ora prima di usarlo per pulire le pareti del wc. Il vantaggio è che la presenza di agar agar fa aderire il composto di aceto alle pareti del wc che altrimenti scivolerebbe via.

QUIZ

1. TUTTA LA RESPONSABILITÀ PER IL FURTO

Hai dimenticato il portafoglio in camera d'albergo. Quando sei rientrato non c'era più e sei certo che ti sia stato rubato. Guardi sulla camera d'albergo e c'è scritto: "La Direzione declina ogni responsabilità per il furto dei beni non consegnati in custodia". Ma avrà validità questo cartello?

SÌ **NO**



2. L'OSCURO SIGNIFICATO DELLE SIGLE

Qual è il significato dell'abbreviazione GPS?

- A** Global Positioning See
- B** Global Positioning System
- C** Globe Position Sun



1. No. L'albergatore è responsabile dei furti che avvengono all'interno dell'albergo e il cliente ha diritto di chiedere il risarcimento dell'intero valore del bene quando il furto è avvenuto per colpa dell'albergatore o delle persone di cui è responsabile. Bisogna comunicare il fatto all'albergatore, presentare denuncia alla polizia, poi inoltrare mediante raccomandata la richiesta di risarcimento all'albergo, corredata di copia di denuncia del furto.

2. B. GPS è l'acronimo di Global Positioning System e si tratta quindi di un sistema che riconosce la propria posizione geografica ovunque nel mondo. Un dispositivo GPS è un apparecchio che riceve segnali radio da una costellazione di satelliti che orbitano intorno alla terra e, attraverso le informazioni contenute in questi segnali, riesce a ricavare la posizione in cui si trova.



InPratica - Quante ne sai?

La nostra guida con quiz e giochi riservati agli adulti curiosi.

altroconsumo.it/inpratica



INCIDENTE DENTRO L'AUTOBUS

L'autista del mezzo pubblico chiude il portellone prima che il passeggero sia uscito e gli rompe gli occhiali da vista. La responsabilità è della società di trasporto.

È una disavventura fortunatamente poi andata a buon fine quella capitata al figlio del nostro socio Mauro Levrè, di Como. Il ragazzo sta ritornando in autobus da scuola. Prenota la fermata e si avvicina al portellone dell'uscita. L'autista del mezzo pubblico apre il portellone ma lo chiude prima che il passeggero sia sceso dalla vettura, con il risultato che la porta si richiude praticamente in faccia al giovane studente. Non ci sono conseguenze fisiche all'incidente, ma nell'impatto gli occhiali da vista del ragazzo si rompono. Il tutto succede sotto gli occhi di altri compagni di scuola, testimoni del fatto. Il nostro socio Mauro Levrè, insieme al figlio, si rivolge poco più tardi all'ottico, per capire come possa

essere sistemato il danno agli occhiali. Questi risultano però irreparabili: la montatura è ormai fuori uso e va sostituita. Gli occhiali sono assicurati contro ogni tipo di rotture per un importo massimo di 100 euro. La montatura nuova costa 235 euro. Quindi, al netto dell'importo coperto dall'assicurazione, il signor Levrè sborsa 135 euro. Ed è proprio questa la cifra che chiede in rimborso alla società responsabile dell'autobus, il tutto documentato da foto della montatura rotta, dallo scontrino di pagamento della montatura nuova, dalla dichiarazione dell'ottico. In più, se richiesto dalla società dei trasporti, il nostro socio è pronto a fornire anche due dichiarazioni di testimoni oculari dell'accaduto, presenti sull'autobus al momento dell'incidente.

Il signor Levrè fa dapprima la richiesta di rimborso direttamente alla società di trasporti, tramite il sito di quest'ultima, e poi anche attraverso la nostra piattaforma Reclama facile. Ma entrambe le comunicazioni rimangono senza alcuna risposta.

Il signor Levrè, allora, contatta il nostro servizio legale. A nostra volta, scriviamo alla società di trasporti riepilogando la vicenda e ribadendo il diritto del nostro socio di avere l'indennizzo richiesto per il danno provocato agli occhiali di suo figlio. Circa un mese dopo la comunicazione dei nostri legali, il signor Levrè ci fa sapere che la società di trasporto gli ha finalmente risposto e gli ha concesso, come da lui richiesto, un rimborso di 135 euro. ●

A CURA DI:
MARZIO TOSI

SE IL PIENO ALL'AUTO ENJOY DIVENTA A CARICO DEL CLIENTE

Per un malfunzionamento dell'app della società di car sharing, che non riconosceva i distributori convenzionati, il nostro socio ha dovuto anticipare il costo del rifornimento di carburante.

Problemi legati al noleggio dell'auto Enjoy per un nostro socio che ci ha scritto ma preferisce rimanere anonimo. Nella fattispecie il disservizio che lo ha toccato riguarda il rifornimento di carburante. Il nostro socio prenota un'auto al servizio di car sharing Enjoy. Si accorge che deve essere fatto il carburante. A questo proposito l'app Enjoy fornisce le informazioni per fare il pieno nelle stazioni di servizio convenzionate, cosicché la spesa non rimanga poi a pesare sul cliente stesso. Nel caso in questione, però, l'app fa i capricci, non riconoscendo correttamente le aree di servizio convenzionate. Il nostro socio contatta allora telefonicamente il servizio clienti di Enjoy per cercare di sbloccare la situazione, ma l'assistenza non viene a capo

del problema. L'unica soluzione per non rimanere a terra, quindi, è quella di fare rifornimento "in autonomia". Così il nostro socio è costretto a fermarsi in una stazione di servizio qualunque e a fare benzina come la farebbe sulla propria auto. Poi, come gli ha suggerito il servizio clienti di Enjoy, chiede alla società il rimborso per la spesa del carburante, allegando tutta la documentazione richiesta.

Passano i mesi, però, e da Enjoy non arriva alcun segnale rispetto alla restituzione della cifra anticipata dal nostro socio per il rifornimento dell'auto a noleggio. La società di car sharing procede al rimborso solo dopo che il nostro servizio legale, contattato dal nostro socio, ne ribadisce le ragioni a Enjoy. ●



DOVE CI TROVI



Online su altroconsumo.it/contattaci
Puoi anche chiamarci al numero **02.69.61.500**, da cui verrai indirizzato al servizio che ti interessa. Questi gli orari dei servizi.

Assistenza giuridica
lunedì-venerdì h. 9-13/14-18

Assistenza fiscale
lunedì-venerdì h. 14-18

Informazioni su prodotti finanziari
lunedì-venerdì h. 9-13

Comparazione prodotti e servizi
lunedì-venerdì h. 9-13/14-18

Customer Care
lunedì-venerdì h. 9-13/14-17

**Altroconsumo Connect
Tariffe rc auto e moto**
Telefono 02.69.61.567
lunedì-venerdì h. 9-13/14-18

SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL



FACEBOOK
facebook.com/altroconsumo



TWITTER
twitter.com/altroconsumo



YOUTUBE
youtube.it/altroconsumo



INSTAGRAM
instagram.com/altroconsumo



TIK TOK
tiktok.com/@altroconsumo

ALTROCONSUMO

ACMAKERS



COSTRUIAMO INSIEME IL MERCATO DEL FUTURO
La tua opinione è importante, per questo la premiamo.

C'è un modo molto semplice per incontrarci e prenderci cura, insieme, del bene di tutti:

entra subito nella community ACmakers, la piattaforma di co-creazione di Altroconsumo.

Potrai **partecipare gratuitamente a test di prodotti, a inchieste su tematiche che ti stanno a cuore, ad attività di condivisione della tua esperienza di consumatore**, per darci spunti e suggerimenti che per noi valgono tantissimo. E in più avrai in regalo un **buono Amazon**.



ISCRIVITI AD ACMAKERS, LA PIATTAFORMA DI CO-CREAZIONE DI ALTROCONSUMO.

www.altroconsumo.it/acmakers

Amazon.it non è uno sponsor della presente promozione. Il voucher Amazon.it può essere utilizzato per l'acquisto di prodotti elencati sul sito www.amazon.it. Il voucher non può essere rimborsato in contanti, rivenduto o trasferito ad altro account. Amazon.it non è responsabile per lo smarrimento, il furto, la distruzione o l'uso non autorizzato del voucher. I termini e le condizioni d'uso sono disponibili su: www.amazon.it/gp/gc. Il voucher è emesso da Amazon EU S.à r.l. ©, ®, TM Amazon.com, Inc. o sue affiliate. Il voucher dovrà essere utilizzato entro la scadenza indicata sullo stesso