



## “Oggi si fa il sapone” un incontro con Paola Massaro

All'incontro è prevista la partecipazione di un massimo di 10 persone; l'incontro si svolgerà **domenica 7 Novembre dalle 14 alle 17,30** presso la sede dell'Associazione Dimensioni Diverse, in via Due Giugno n°4 – Baggio - MI.

**L'autoproduzione è la “sobrietà creativa”, è un piacere personale e un dovere sociale, vuol dire riappropriarsi della saggezza del fare e saper costruire da sé beni necessari, rendersi indipendenti e inattaccabili dai richiami pubblicitari così pervasivi e onnipresenti.**

- La rincorsa al tempo e allo spazio nella vita sociale e personale è uno dei drammi che affliggono l'umanità e i rapporti interni ad essa.
- Una schizofrenia del **fare** che segna, a volte distrugge, la serenità necessaria a comprendere ed a comprenderci.
- Possiamo dire che l'autoproduzione è uno **spazio ritrovato dell'energia possibile per la mente e il corpo**, un tempo dinamico della vita personale.
- E' la volontà a recuperare una dimensione del voler essere protagonisti della nostra esistenza.
- L'autoproduzione richiama uno spazio temporale che ridà al fare la consapevolezza delle scelte per uno scopo.
- Infatti non è solo una produzione “**sana**” che risponde a criteri di salute, benessere e risparmio, ma recupera energia che ripercorre l'esperienza e si riflette nelle relazioni.
- L'autoproduzione è un **tempo della criticità alla logica consumista** del “**tutto è dato**”, del “**tutto è pronto**” tipica del mercato capace di mercificare ritmi e scelte personali.
- L'autoproduzione è anche uno **scambio di saperi** tra le persone che condividono e trasmettono i principi di criticità al consumo, una energia che si riversa nella collettività per un mondo diverso di relazioni.

Per la partecipazione, iscrizione all'iniziativa si chiede un contributo di 10 euro.

Si consiglia di portare un piccolo recipiente (es. un vasetto di yogurt da 125gr) in cui riporre il proprio sapone prodotto. Verrà distribuita una scheda informativa sull'autoproduzione del sapone.

**Il termine ultimo per l'iscrizione è stata fissato entro domenica 3 Novembre.**

**Per informazioni-iscrizioni rivolgersi a:**

- Luisa 02.4079412 email: [luisa.maccagnan@gmail.com](mailto:luisa.maccagnan@gmail.com)

**dimensionidiverse-onlus**  
v. Due Giugno 4 - 20153 Milano Tel. 02.4598701  
e-mail: [info@dimensionidiverse.it](mailto:info@dimensionidiverse.it)

## OGGI SI FA IL SAPONE!

di Paola Massaro

Per iniziare un doveroso ringraziamento per l'ospitalità e l'organizzazione di Luisa! E un grazie sentito da parte mia per la vostra partecipazione e pazienza che avrete nell'ascoltarmi e nel perdonare i miei inevitabili errori!

E vorrei anche sottolineare che io non sono una maestra e tutto quello che ho scritto l'ho sperimentato sul campo e appreso attraverso letture di libri o materiale a disposizione di tutti su internet e quello che mi spinge più di tutto ad essere qui con voi è la gioia di poter condividere quanto so con altre persone!

Per iniziare vi espongo i miei motivi forse anche personali per i quali amo così tanto creare il sapone!

- 1- *Lo trovo divertente, rilassante e creativo!*
- 2- *E' economico se lo compariamo all'acquisto di prodotti naturali quali vengono venduti in erboristeria o catene di negozi "bio".*
- 3- *Mi permette di avere un prodotto veramente naturale al 100% perché sono io stessa a decidere gli ingredienti.*
- 4- *Riesco così ad evitare di essere risucchiata nel solito vortice consumistico che si sta celando dietro falsi richiami "verdi" o "bio".*
- 5- *Mettiamo anche così in pratica la sana autoproduzione e ci rendiamo così indipendenti e inattaccabili dai richiami pubblicitari così pervasivi e onnipresenti!*
- 6- *Portiamo così avanti passo dopo passo la realizzazione di concetti di autoproduzioni.*

### Breve storia del sapone

Nell'antichità il problema dell'igiene personale non era sentito particolarmente e le prime tecniche di pulizia usavano argille, cenere e piante.

Solo con i contatti con il mondo orientale islamico nell'Età delle Crociate, si diffusero tecniche di fabbricazione del sapone ma la ricostruzione dell'evoluzione di questo materiale risulta assai difficile per la natura stessa, organica e idrosolubile, motivo per il quale non sono giunti fino a noi reperti.

Le prime testimonianze datano Babilonia 2800 a.c., ma furono gli Arabi che nei primi anni dell'Islam creavano saponi usando olio di oliva e di alloro mentre fino a quel momento erano solitamente utilizzati sostanze derivati da animali quali il grasso bovino ad esempio.

### Definizione dal punto di vista chimico

Il sapone è chimicamente un sale ottenuto attraverso una reazione chimica tra grassi, acqua e soda caustica (o idrossido di sodio)

Le molecole del sapone sono in grado di emulsionare le sostanze grasse consentendone l'allontanamento con l'acqua.

### Ingredienti fondamentali

- **Acqua distillata** - è quella che si usa per il ferro da stiro
- **Oli**
- **Soda caustica**

### Attrezzature fondamentali

Bilancia da cucina digitale o perlomeno precisa al grammo

- Frullatore ad immersione detto anche minipiper
- Pentola di acciaio inox
- Termometro a immersione
- Caraffa in plex o vetro che resiste alle alte temperature
- Cucchi di legno e inox
- Stracci e/o giornali di carta e presine

I termometri sono lunghi e si possono acquistare ad esempio da d-mail che per un tipo digitale chiede 12,90 euro oppure si possono trovare non digitali anche presso qualsiasi negozio che venda prodotti enologici.

Tutto il resto potrebbe essere normalmente già reperibile nelle nostre cucine: l'importante, ovviamente, è non dedicarsi a questo tipo di attività mentre si sta cucinando e possibilmente alla larga da figli piccoli curiosi e intraprendenti!



## Avvertenze per l'uso in sicurezza della Soda Caustica

**La soda caustica è una sostanza tossica per inalazione e irritante al contatto con la pelle**, per cui si rende necessario l'uso di guanti in gomma, occhiali (vanno bene anche quelli che si usano in piscina) e mascherina da indossare e usarsi quando si pesa la soda caustica e quando si versa la stessa nell'acqua.

## Procedimento

Pesare attentamente gli oli scelti con la bilancia perché **gli oli vengono sempre calcolati a peso e non a litro** e non c'è una perfetta corrispondenza tra le due misure. Dopodiché riunire gli oli nella pentola inox (possibilmente di grandezza doppia rispetto al contenuto in litri di olio).

Pesare allora la soda caustica con la bilancia. Ma quanta soda caustica dovremo usare?

Il **calcolo della soda caustica** è semplice ma prima di tutto parliamo del **Sap** cioè del **coefficiente di saponificazione** o meglio ancora della quantità di soda caustica necessaria a saponificare 1 grammo di sapone. Il coefficiente Sap è diverso per ogni tipo di olio.

Esempio:

1 litro di olio di oliva moltiplicato x il suo coefficiente di saponificazione che è 0,134.

Se ne deduce quindi che per saponificare 1 kg di olio e cioè sapere di quanta soda caustica avremo bisogno sarà semplicemente necessario moltiplicare in grammi la quantità di olio utilizzata per il suo coefficiente **SAP: 1,000 grammi di olio di oliva x Sap 0,134 = 134 grammi di soda caustica**.

Un piccolo accenno allo **sconto della soda caustica**, cosa significa?

Nella produzione di saponi da bucato o pulizie domestiche non si effettua lo sconto della soda, ciò significa che si usa tanta soda caustica quanta se ne è calcolata con il sistema su esposto.

Nella produzione invece di saponi da usarsi per la persona (cioè mani o corpo, doccia etc.) si applica normalmente uno sconto della soda che va da un minimo del 5% a massimo 7% con punte da eccezioni in casi particolari del 8-9%. Significa che abbatteremo la quantità di soda in grammi della percentuale scelta, e ciò permetterà di lasciare una parte di acidi grassi non saponificata, il che rende il sapone ottenuto + gentile con la pelle e con un pH + basso.

Passiamo ora alla preparazione dell'**acqua** che potrà essere distillata se dal vostro rubinetto esce acqua molto calcarea oppure se non lo è usatela pure.

Se si usa il procedimento a freddo è sufficiente una quantità di 300ml (l'acqua la si può misurare in ml), mentre per il procedimento a caldo è necessario aumentare la quantità di acqua fino ad arrivare a 375ml.

Alla fine della spiegazione del procedimento sarà più chiara la differenza tra il procedimento a freddo e a caldo.

Prendiamo la nostra brocca di pyrex o di vetro spesso e compatibile con le alte temperature e poniamo in un luogo sicuro tipo all'interno del lavandino o se vi appoggiate al piano cottura consiglio di mettere al di sopra del piano cottura, precedentemente, più fogli di carta di giornale o stracci o qualunque cosa d'altro vi permetta di preservare integro il vostro piano di lavoro (ve lo dico per esperienza personale! Per le innumerevoli volte che uno schizzo della soluzione di acqua e di soda caustica ha inavvertitamente toccato e subito macchiato e rovinato il piano di lavoro della cucina e ho quindi dato motivo alle giuste lamentele della mia metà!).

Nel contenitore, riempito di acqua, verseremo con attenzione la soda caustica (**mai fare il contrario cioè versare l'acqua sulla soda caustica!**)

Immediatamente la temperatura della soluzione acqua + soda caustica si alzerà bruscamente fino ad arrivare tranquillamente a 80 gradi. Oltre che a innalzarsi bruscamente la temperatura, la soluzione emana anche fumi nocivi che bisogna evitare di respirare!

Mettiamo da parte in un luogo fresco questo contenitore a raffreddarsi ma teniamolo d'occhio ogni tanto misurando la temperatura con il termometro ad immersione e poniamo invece sul fornello acceso la pentola contenente gli oli decisi e scaldiamoli.

Quando le temperature si aggireranno tra un minimo di 40 e un max di 45 gradi, sia gli oli che la soluzione caustica spingiamo il fornello e magari spostiamoci per comodità, per eventuali schizzi e o altro, all'interno del lavandino o se preferite sul piano cottura e procediamo a versare la soluzione caustica nella pentola degli oli.

Dapprima non vedremo grosse differenze nell'aspetto ma appena incominciamo ad usare il nostro minimixer la consistenza cambierà immediatamente!

E qui incomincia la cosiddetta **fase del nastro** - usare il minimixer a intervalli di circa 2 minuti più che altro per non far fondere il motore!

Quando la consistenza della pasta di sapone diventerà come quella di un budino leggermente liquido (se tirate su il minimixer il liquido non scorre agevolmente verso il basso ma fa più fatica), allora si potrà dire che avete raggiunto la fase del nastro.

A questo punto se seguiamo la ricetta abbiamo allora raggiunto la fase finale ed è in questo momento che si possono aggiungere a seconda della ricetta utilizzata, oli essenziali o sostanze coloranti naturali come ad esempio la curcuma o lo zenzero etc. dopodiché una bella mescolata e subito mettiamo in un contenitore che avremo preparato in precedenza.



Gli stampi pieni di pasta di sapone saranno poi riposti in un luogo areato e possibilmente avvolti da una copertina o straccio per permettere di mantenere il più possibile il calore generato dalla reazione chimica avvenuta con la soda caustica.

Si aspetta almeno 24 - 48 ore e poi si può togliere e/o tagliare il sapone dagli stampi e di nuovo riporlo in un luogo areato affinché termini il processo di saponificazione - all'incirca ci vogliono dalla 4 alle 6 - 8 settimane e se anche stagionasse di più non fa mai male al sapone, anzi è il contrario.

Ritorniamo indietro al momento precedente, appena avevamo raggiunto la fase del nastro, e proviamo invece il **metodo a caldo**. Cosa significa?

In questo momento specifico anziché spostare la pasta di sapone negli stampi, sposteremo invece l'intera pentola piena di sapone e la mettiamo nel forno acceso precedentemente a 100gradi e, a seconda delle quantità di olio utilizzato, varierà anche la permanenza all'interno del forno acceso, in prima battuta acceso e poi spento successivamente.

Calcoliamo all'incirca una permanenza dentro il forno acceso per una quarto d'ora se stiamo entro 1 o due litri utilizzati e decisamente mezz'ora se superiamo i 3 litri di oli.

Passato questo periodo lasceremo la pentola all'interno del forno spento tranquillamente per un periodo da un minimo di 40-45 minuti a un'ora.

Passato questo intervallo di tempo possiamo estrarre la pentola dal forno spento e aggiungere tutti gli oli essenziali, gli oli nutrienti o più pregiati, le eventuali sostanze coloranti naturali e si procede come già descritto sopra cioè dopo una bella mescolata energica per diffondere bene le sostanze aggiunte, dovremo trasferire negli stampi il sapone ma questa volta non è necessario "incappottare" gli stampi con una copertina perché in pratica tutto il calore generato dal forno ha accelerato e fatto compiere il processo di saponificazione e quindi anche i tempi di stagionatura e/o asciugatura possono diminuire ma di massima è meglio lasciarlo riposare per 1 o 2 settimane in un luogo ventilato.

## Conservazione del sapone

Il sapone è leggermente alcalino e questo gli permette di inibire qualsiasi forma di germe o batterio dannoso.

E' preferibile conservare il sapone al fresco e all'asciutto ed è proprio vero:

**IL SAPONE E' COME IL VINO E PIU' INVECCHIA E MEGLIO E' !!**



# OGGI SI FA IL SAPONE!

di Paola Massaro



Per iniziare un doveroso ringraziamento per l'ospitalità e l'organizzazione di Luisa! E un grazie sentito da parte mia per la vostra partecipazione e pazienza che avrete nell'ascoltarmi e nel perdonare i miei inevitabili errori!

E vorrei anche sottolineare che io non sono una maestra e tutto quello che ho scritto l'ho sperimentato sul campo e appreso attraverso letture di libri o materiale a disposizione di tutti su internet e quello che mi spinge più di tutto ad essere qui con voi è la gioia di poter condividere quanto so con altre persone!

Per iniziare vi espongo i miei motivi forse anche personali per i quali amo così tanto creare il sapone!

- 1- *Lo trovo divertente, rilassante e creativo.*
- 2- *E' economico se lo compariamo all'acquisto di prodotti naturali quali vengono venduti in erboristeria o catene di negozi "bio".*
- 3- *Mi permette di avere un prodotto veramente naturale al 100% perché sono io stessa a decidere gli ingredienti.*
- 4- *Riesco così ad evitare di essere risucchiata nel solito vortice consumistico che si sta celando dietro falsi richiami "verdi" o "bio".*
- 5- *Mettiamo anche così in pratica la sana autoproduzione e ci rendiamo così indipendenti e inattaccabili dai richiami pubblicitari così pervasivi e onnipresenti!*
- 6- *Portiamo così avanti passo dopo passo la realizzazione di concetti di autoproduzioni.*

## Breve storia del sapone

Nell'antichità il problema dell'igiene personale non era sentito particolarmente e le prime tecniche di pulizia usavano argille, cenere e piante. Solo con i contatti con il mondo orientale islamico nell'Età delle Crociate, si diffusero tecniche di fabbricazione del sapone ma la ricostruzione dell'evoluzione di questo materiale risulta assai difficile per la natura stessa, organica e idrosolubile, motivo per il quale non sono giunti fino a noi reperti.

Le prime testimonianze datano Babilonia 2800 a.c., ma furono gli Arabi che nei primi anni dell'Islam creavano saponi usando olio di oliva e di alloro mentre fino a quel momento erano solamente utilizzati sostanze derivati da animali quali il grasso bovino ad esempio.

## Definizione dal punto di vista chimico

Il sapone è chimicamente un sale ottenuto attraverso una reazione chimica tra grassi, acqua e soda caustica (ossido di sodio). Le molecole del sapone sono in grado di emulsionare le sostanze grasse consentendone l'allontanamento con l'acqua.

## Ingredienti fondamentali

- **Acqua distillata** - è quella che si usa per il ferro da stiro
- **Oli**
- **Soda caustica**

## Attrezzature fondamentali

Bilancia da cucina digitale o perlomeno precisa al grammo

- Frullatore ad immersione detto anche minimixer
- Pentola di acciaio inox
- Termometro a immersione
- Caraffa in pirex o vetro che resiste alle alte temperature
- Cucchi di legno e inox
- Stracci e/o giornali di carta e presine

I termometri sono lunghi e si possono acquistare ad esempio da d-mail che per un tipo digitale chiede 12,90 euro oppure si possono trovare non digitali anche presso qualsiasi negozio che venda prodotti enologici.

Tutto il resto potrebbe essere normalmente già reperibile nelle nostre cucine. l'importante, ovviamente, è non dedicarsi a questo tipo di attività mentre si sta cucinando e possibilmente alla larga da figli piccoli curiosi e intraprendenti!

## Avvertenze per l'uso in sicurezza della Soda Caustica

**La soda caustica è una sostanza tossica per inalazione e irritante al contatto con la pelle**, per cui si rende necessario l'uso di guanti in gomma, occhialini (vanno bene anche quelli che si usano in piscina) e mascherina da indossare e usarsi quando si pesa la soda caustica e quando si versa la stessa nell'acqua.

## Procedimento

Pesare attentamente gli oli scelti con la bilancia perché **gli oli vengono sempre calcolati a peso e non a litro** e non c'è una perfetta corrispondenza tra le due misure. Dopodiché riunire gli oli nella pentola inox (possibilmente di grandezza doppia rispetto al contenuto in litri di olio).

Pesare allora la soda caustica con la bilancia. Ma quanta soda caustica dovremo usare?

Il **calcolo della soda caustica** è semplice ma prima di tutto parliamo del **Sap** cioè del **coefficiente di saponificazione** o meglio ancora della quantità di soda caustica necessaria a saponificare 1 grammo di sapone. Il coefficiente Sap è diverso per ogni tipo di olio.

Esempio:

1 litro di olio di oliva moltiplicato x il suo coefficiente di saponificazione che è 0,134.

Se ne deduce quindi che per saponificare 1 kg di olio e cioè sapere di quanta soda caustica avremo bisogno sarà semplicemente necessario moltiplicare in grammi la quantità di olio utilizzata per il suo coefficiente **SAP: 1,000 grammi di olio x Sap 0,134 = 134 grammi di soda caustica**.

Un piccolo accenno allo **sconto della soda caustica**; cosa significa?

Nella produzione di saponi da bucato o pulizie domestiche non si effettua lo sconto della soda, ciò significa che si usa tanta soda caustica quanta se ne è calcolata con il sistema su esposto.

Nella produzione invece di saponi da usarsi per la persona (cioè mani o corpo, doccia etc.) si applica normalmente uno sconto della soda che va da un minimo del 5% a massimo 7% con punte da eccezioni in casi particolari del 8-9%. Significa che abatteremo la quantità di soda in grammi della percentuale scelta, e ciò permetterà di lasciare una parte di acidi grassi non saponificata, il che rende il sapone ottenuto + gentile con la pelle e con un pH + basso.

Passiamo ora alla preparazione dell'**acqua** che potrà essere distillata se dal vostro rubinetto esce acqua molto calcarea oppure se non lo è usatale pure.

Se si usa il procedimento a freddo è sufficiente una quantità di 300ml (l'acqua la si può misurare in ml), mentre per il procedimento a caldo è necessario aumentare la quantità di acqua fino ad arrivare a 375ml.

Alla fine della spiegazione del procedimento sarà più chiara la differenza tra il procedimento a freddo e a caldo.

Prendiamo la nostra brocca di pyrex o di vetro spesso e compatibile con le alte temperature e poniamo in un luogo sicuro tipo all'interno del lavandino o se vi appoggiate al piano cottura consiglio di mettere al di sopra del piano cottura, precedentemente, più fogli di carta di giornale o stracci o qualunque cosa d'altro vi permetta di preservare integro il vostro piano di lavoro (ve lo dico per esperienza personale! Per le innumerevoli volte che uno schizzo della soluzione di acqua e di soda caustica ha inavvertitamente toccato e subito macchiato e rovinato il piano di lavoro della cucina e ho quindi dato motivo alle giuste lamentele della mia metà!).

Nel contenitore, riempito di acqua, verseremo con attenzione la soda caustica (**mai fare il contrario cioè versare l'acqua sulla soda caustica!**)

Immediatamente la temperatura della soluzione acqua + soda caustica si alzerà bruscamente fino ad arrivare tranquillamente a 80 gradi. Oltre che a innalzarsi bruscamente la temperatura, la soluzione emana anche fumi nocivi che bisogna evitare di respirare!

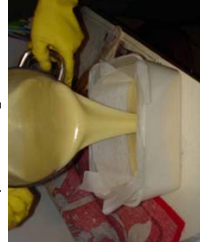
Mettiamo da parte in un luogo fresco questo contenitore e raffreddarsi ma teniamolo d'occhio ogni tanto misurando la temperatura con il termometro ad immersione e poniamo invece sul fornello acceso la pentola contenente gli oli decisi e scaldiamoli.

Quando le temperature si aggireranno tra un minimo di 40 e un max di 45 gradi, sia gli oli che la soluzione caustica spengiamo il fornello e magari spostiamoci per comodità, per eventuali schizzi o altro, all'interno del lavandino o se preferite sul piano cottura e procediamo a versare la soluzione caustica nella pentola degli oli.

Dapprima non vedremo grosse differenze nell'aspetto ma appena incominciamo ad usare il nostro minimixer la consistenza cambierà immediatamente!

E qui incomincia la cosiddetta **fase del nastro** - usare il minimixer a intervalli di circa 2 minuti più che altro per non far fondere il motore!

Quando la consistenza della pasta di sapone diventerà come quella di un budino leggermente liquido (se tirate su il minimixer il liquido non scorre agevolmente verso il basso ma fa più fatica), allora si potrà dire che avete raggiunto la fase del nastro.





A questo punto se seguiamo il **metodo a freddo** abbiamo allora raggiunto la fase finale ed è in questo momento che si possono aggiungere a seconda della ricetta utilizzata, oli essenziali o sostanze coloranti naturali come ad esempio la curcuma o lo zenzero etc. dopodiché una bella mescolata e subito mettiamo in pentola il sapone dalla pentola agli stampi e/o contenitori che avremo preparato in precedenza.



Gli stampi pieni di pasta di sapone saranno poi riposti in un luogo areato e possibilmente avvolti da una copertina o straccio per permettere di mantenere il più possibile il calore generato dalla reazione chimica avvenuta con la soda caustica.

Si aspetta almeno 24 - 48 ore e poi si può togliere e/o tagliare il sapone dagli stampi e di nuovo riporlo in un luogo areato affinché termini il processo di saponificazione - all'incirca ci vogliono dalla 4 alle 6 - 8 settimane e se anche stagionasse di più non fa mai male al sapone, anzi è il contrario.

Ritorniamo indietro al momento precedente, appena avevamo raggiunto la fase del nastro, e proviamo invece il **metodo a caldo**. Cosa significa?

In questo momento specifico anziché spostare la pasta di sapone negli stampi, sposteremo invece l'intera pentola piena di sapone e la mettiamo nel forno acceso precedentemente a 100gradi e, a seconda delle quantità di olio utilizzato, varierà anche la permanenza all'interno del forno acceso, in prima battuta acceso e poi spento successivamente.

Calcoliamo all'incirca una permanenza dentro il forno acceso per una quarto d'ora se stiamo entro 1 o due litri utilizzati e decisamente mezz'ora se superiamo i 3 litri di oli .

Passato questo periodo lasceremo la pentola all'interno del forno spento tranquillamente per un periodo da un minimo di 40-45 minuti a un'ora.

Passato questo intervallo di tempo possiamo estrarre la pentola dal forno spento e aggiungere tutti gli oli essenziali, gli oli nutrienti o più pregiati, le eventuali sostanze coloranti naturali e si procede come già descritto sopra cioè dopo una bella mescolata energica per diffondere bene le sostanze aggiunte, dovremo trasferire negli stampi il sapone ma questa volta non è necessario "incappottare" gli stampi con una copertina perché in pratica tutto il calore generato dal forno ha accelerato e fatto compiere il processo di saponificazione e quindi anche i tempi di stagionatura e/o asciugatura possono diminuire ma di massima è meglio lasciarlo riposare per 1 o 2 settimane in un luogo ventilato.

## Conservazione del sapone

Il sapone è leggermente alcalino e questo gli permette di inibire qualsiasi forma di germe o batterio dannoso.

E' preferibile conservare il sapone al fresco e all'asciutto ed è proprio vero: IL SAPONE E' COME IL VINO E PIU' INVECCHIA E MEGLIO E' !!

