

---

## Le piante che purificano l'aria di casa

**Autore:** Giulia Martinelli

**Fonte:** Città Nuova

**Le piante d'appartamento danno un tocco di luce in più alla casa, ma non solo, alcune aiutano la concentrazione e purificano l'aria. Qualche consiglio sulle piante che combattono l'inquinamento domestico e fanno bene alla salute**

Un angolo verde in casa non solo rende più luminoso lo spazio intorno a noi, ma **aiuta la concentrazione, diminuisce lo stress. Inoltre alcune piante purificano l'ambiente.** A dimostrarlo ci sono diversi studi, il più famoso è stato pubblicato negli anni '80 dalla Nasa, a dimostrazione che avere un certo numero di piante in casa può aiutare a depurare l'ambiente da composti organici volatili dannosi. Tra i peggiori nemici dell'inquinamento domestico **c'è il fumo della sigaretta**, che rilascia benzene nell'aria, ma non solo. I detersivi possono rilasciare **ammoniaca**, dannosa per l'organismo, così come i fumi causati dalla **cottura del cibo**, complice l'uso di forni o della cucina a gas. Non va poi sottovalutato, soprattutto in questo periodo che ha costretto molti allo smartworking, che gli schermi dei computer sono responsabili della **presenza di xilene e toluene** e a queste vanno aggiunte sostanze volatili potenzialmente dannose come il **monossido di carbonio e il tricloroetilene o la formaldeide** prodotta da vernici e colle utilizzate per le stoffe, pareti o mobili. In aiuto arrivano alcune piante dalle proprietà fitodepurative, in grado di eliminare benzene, formaldeide, trielina, ammoniaca e anche monossido di carbonio dagli ambienti domestici. Ecco qualche consiglio sulle piante da preferire in casa: **Sansevieria o "lingua di suocera"** Il luogo perfetto per farla crescere è la camera da letto. La Sansevieria o "lingua di suocera" assorbe infatti CO<sub>2</sub> anche di notte e rilascia ossigeno. Inoltre, aiuta a ripulire l'aria da alcuni agenti inquinanti, assorbe alcool, acetone, benzene, xilene, toluene e tricloroetilene. È in grado di diminuire notevolmente anche la concentrazione di formaldeide presente nei prodotti per la pulizia ma anche in alcuni prodotti cosmetici, come lo smalto, il bagnoschiuma e lo shampoo. Per questo c'è anche chi consiglia di posizionare una piantina in bagno. **Spatifillo** Gli esperti consigliano di metterne una piantina sulla scrivania accanto al computer. Lo Spatifillo è infatti imbattibile nella lotta dei più comuni composti organici volatili, quali il benzene, la formaldeide e il tricloroetilene ed è efficace anche contro il toluene e lo xilene rilasciati dai pc. Purifica l'aria dall'inquinamento elettromagnetico che può causare stress, mal di testa e nervosismo. Una piantina sul posto di lavoro aiuterà a rendere l'ambiente più confortevole e il lavoro più rilassato. **Ficus Benjamina** Per chi non può fare a meno delle sigarette e fuma in casa, l'ideale è il Ficus Benjamina, una pianta tropicale dalle foglie verde intenso. Sono proprio le sue piccole foglie ad assorbire alcune sostanze tossiche come la formaldeide, il benzene emesso dalle auto e i composti del fumo di sigaretta, senza soffrirne. **Anthurium** Infine, tra le piante da interno, perfetta per abbellire un angolo della casa grazie ai suoi grandi fiori dai colori brillanti è l'Anthurium. Efficace perché in grado di purificare l'aria di casa dall'ammoniaca, rilasciata dai detersivi utilizzati per pulire, rimuovendone circa 10 microgrammi ogni ora.