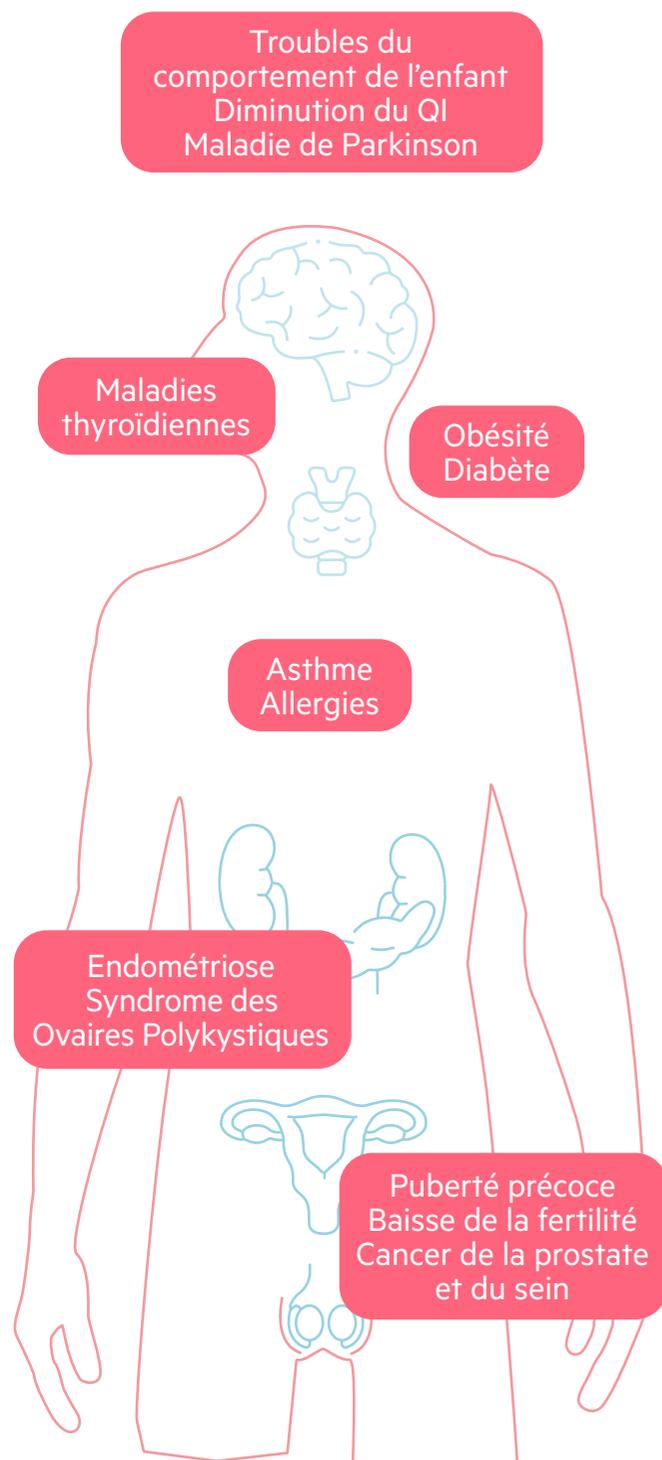


LES EFFETS SUR LA SANTÉ

CES SUBSTANCES PEUVENT TOUCHER NOS GLANDES ET ENTRAÎNER DIVERSES MALADIES

Santé publique, 2021-09, 29 p.



SVR S'ENGAGE

À TESTER SES PRODUITS FINIS SUR CERTAINS MÉCANISMES ENDOCRINIENS POUR PROTÉGER LA SANTÉ DE SES CONSOMMATEURS ET CONSOMMATRICES

COMMENT CELA SE PASSE ?



PRODUITS FINIS

Pour évaluer le produit que vous utilisez au quotidien, et pas seulement s'arrêter à une liste de composants

LABORATOIRE EXPERT

Teste sur les mécanismes ENDOCRINIENS



PRODUITS TESTÉS

Consommateurs et consommatrices informés



Octobre 2022

POUR ACCÉDER À PLUS D'INFORMATIONS, SCANNEZ CE QR CODE

LES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

C'EST QUOI ?

Ce sont des substances (ou mélanges de substances) qui altèrent le fonctionnement de notre système endocrinien (qui produit nos hormones) et entraînent des effets néfastes sur notre santé, transmissibles à nos enfants, petits enfants, arrières petits-enfants,...



QUI IMPACTENT-ILS ?

TOUT LE MONDE !

Mais certaines personnes sont plus sensibles :

Durant les 1000 premiers jours de vie

Le fœtus, bébé, enfant jusqu'à 3 ans et aussi la maman avant, pendant, après la grossesse

Mais aussi, tout au long de l'enfance et l'adolescence

OÙ LES TROUVE-T-ON ?

Un peu partout, mais surtout... dans les plastiques, la nourriture, les produits d'entretien & odorants, les tissus et les cosmétiques...



SVR
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

*Pour la définition complète de l'OMS : OMS, 2022

LES PREMIERS PAS POUR LIMITER L'EXPOSITION AUX PERTURBATEURS ENDOCRINIENS...

... DANS VOTRE QUOTIDIEN

... DURANT LES 1000 PREMIERS JOURS DE VIE

Le moment durant lequel on est le plus sensible aux PE
(La maman, le fœtus et le bébé jusqu'à 3 ans)

LES SOURCES À RISQUES

LES SOLUTIONS

PLASTIQUE

- Plats en barquette → Les transférer dans des contenants non plastique pour réchauffer
- Ustensiles : bouilloire, carafe, gobelets, couverts, pailles, biberons → Utiliser des récipients en inox ou verre
- Eau en bouteille → Privilégier l'eau du robinet (sauf zone sous surveillance identifiée), ne pas laisser la bouteille d'eau au soleil
- Jouets → En bois, en tissus, bio... Privilégier la seconde main

TISSUS

- Vêtements, literie, tapis de bain → Laver toujours une première fois après achat
Utiliser coton, laine, lin ou de la seconde main

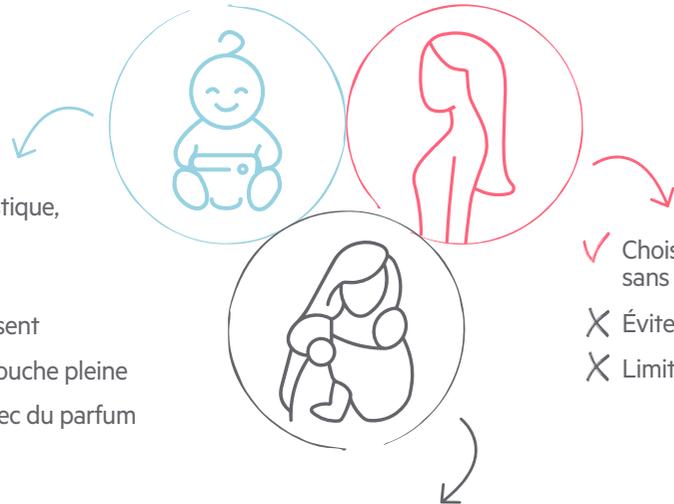
NOURRITURE

- Plats, fruits, légumes → Privilégier les plats faits maison. Acheter des produits issus de l'agriculture biologique, bien éplucher les fruits et légumes
- Infuseurs de thé → Utiliser des infuseurs de thé en inox ou thé en vrac dans des récipients en inox ou verre
- Poêles → Acheter des poêles en fonte, inox... Changer dès que le revêtement est usé

PRODUITS ODORISANTS

- Bougies, diffuseurs d'odeurs, parfums, purificateurs d'air, huiles essentielles → Aérer la maison 20 min par jour plutôt que d'utiliser ces produits. Changer le sac d'aspirateur (pour éviter les mauvaises odeurs et limiter les polluants aériens)

QUELQUES CONSEILS EN PLUS CONCERNANT CERTAINS PRODUITS DU QUOTIDIEN POUR LA MAMAN ET LE BÉBÉ

- 
- ✓ Choisir des couches sans plastique, en matières naturelles
 - ✓ Utiliser des lingettes lavables
 - ✓ Deux bains par semaine suffisent
 - ✗ Ne pas laisser longtemps la couche pleine
 - ✗ Ne pas utiliser de produits avec du parfum
 - ✓ Choisir des protections hygiéniques sans plastique, en matières naturelles
 - ✗ Éviter le vernis, la laque
 - ✗ Limiter le maquillage
 - ✓ Choisir des cosmétiques testés perturbateurs endocriniens
 - ✓ Choisir des cosmétiques avec un nombre d'ingrédients réduit
 - ✓ Choisir des textiles (vêtements, draps) en fibres naturelles, coton, lin, laine, soie...
 - ✓ Choisir des produits ménagers écologiques (dont la lessive)
 - ✗ Ne pas utiliser de produits avec des huiles essentielles
 - ✗ Limiter les produits au strict nécessaire

POUR INFORMER LE PUBLIC L'ANSES* PROPOSE UNE LISTE DES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS AVÉRÉS QUI PEUVENT EXISTER DANS LES PRODUITS DE NOTRE QUOTIDIEN

Quelques perturbateurs endocriniens avérés
Triclocarban, Triclosan, Oxybenzone...



Ce n'est pas parce qu'il contient un de ces ingrédients que votre produit cosmétique est perturbateur endocrinien ou dangereux

Ingrédient ✗ ingrédient + emballage =
Le produit fini qui doit être testé dans son ensemble

*Anses : Agence Nationale de Sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail