

Quelles lois nous protègent ?

Les cosmétiques sont soumis au règlement européen relatif aux produits cosmétiques (règlement (CE) n°1223/2009 du 30 novembre 2009). 1730 ingrédients sont interdits, d'autres sont autorisés avec ou sans restriction, soumis à étiquetage obligatoire, etc. Par exemple, depuis 2017, la méthyl-isothiazolinone, puissant allergène par contact, est autorisée seulement dans les cosmétiques à rincer à hauteur maximale de 0,0015%. De même pour le mélange méthylchloro-isothiazolinone (MCI) et méthyl-isothiazolinone (MI). Ce mélange est par contre interdit dans les produits non rincés.

La réglementation des ingrédients cosmétiques en Europe évolue constamment, principalement sous l'influence des règlements REACH (Enregistrement, évaluation et autorisation des substances chimiques) et CLP (Classification, étiquetage et emballage), ainsi que par les évaluations scientifiques du CSCC (Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs).

www.wecf-france.org

WECF s'engage pour des produits sans polluant, soutenez-nous en adhérant à notre association ou en faisant un don. <https://wecf-france.org/adherer-faire-un-don>

En savoir plus

Wecf France
13 avenue Emile Zola 74100 Annemasse
Tél : +33 (0) 450 83 48 10
wecf.france@wecf.org



Participer à nos ateliers

<https://wecf-france.org/sante-environnement/participer-a-un-atelier/>

© 2025 Wecf France, reproduction interdite

Conseils généraux

- Privilégiez les produits simples (composition courte)
- Préférez les produits en formats liquides ou solides au format spray
- Attention aux parfums et fragrances : source importante d'allergies par contact et d'irritation des voies respiratoires
- Prudence sur le choix des produits intimes
- La mention « hypoallergénique » minimise la présence d'allergène
- Une bonne hygiène (savon doux, eau, rasage) permet de réduire l'usage des déodorants ou parfums
- Veillez à ne pas dépasser la période après ouverture 
- Pendant la grossesse limitez à l'essentiel les produits cosmétiques
- Fiez-vous aux labels suivants :



Liens utiles

Surveillance des effets indésirables des cosmétiques

<https://www.anses.fr/fr/content/cosmetovigilance-et-tatouevigilance>

Evaluer la composition des cosmétiques

<https://laveritesurlescosmetiques.com/>

Centre collaborateur de l'OMS pour l'éducation solaire

<https://www.soleil.info/>



Substances

Agents moussants - Sodium Laurylsulfate, sodium laureth sulfate, cocamidopropylamine

Certains sont irritants (sodium laurylsulfate), allergènes (cocamidopropylamine) et dégraissent trop la peau

Silicones - Cyclopentasiloxane (D5) cyclométhicone, cyclotetrasiloxane (D6) (interdit à compter de 2027)

Suspectés d'être perturbateurs endocriniens. Peuvent être toxiques par inhalation et nocifs pour la reproduction

Huiles minérales issues du pétrole - paraffinum liquidum, petroatum, cerasine, wax, vaseline

Présence possible d'impuretés cancérogènes. Peuvent former un film occlusif sur la peau empêchant la respiration cutanée naturelle

Conservateurs antimicrobiens - isothiazolinones - MIT, CMIT (interdits cosmétiques non rincés)

Allergènes de contact

Conservateurs antimicrobiens- formaldéhyde et libérateurs de formaldéhyde (Formaldéhyde interdit cosmétiques, libérateurs autorisés sous conditions et avec mention „libre du formaldéhyde“)

Formaldéhyde : cancérogène présumé (catégorie 1B*), mutagène suspecté (catégorie 2*), irritant peau, muqueuses et système respiratoire

Conservateurs antimicrobiens - paraben, méthyl / propyl / butyl / éthyl paraben (propyl- interdit et butyl- restreint dans les cosmétiques)

perturbateurs endocriniens suspectés

Conservateur antimicrobien -Phénoxylethanol

Irritant en contact prolongé, passage transcutané important perturbateur endocrinien suspecté

Filtres UV - Benzophénone-1, 2, 3 (oxybenzone) ou 4, éthylhexyméthoxycinnamate (OMC), 4-méthylbenzylidenecamphe (4-MBC) (interdit à compter de 2025), octocrylène

Perturbateurs endocriniens suspectés. Certains sont allergènes (benzophénones). Effets neurologiques et comportementaux chez l'animal (OMC)

Filtres solaires nano - 5 substances autorisées dans les cosmétiques dont oxyde de titane, oxyde de zinc. MBBT interdit dans les sprays. Étiquetage obligatoire [nano] pour les particules de moins de 100nm

Pénétration cutanée probable, indication de toxicité sur les cellules, persistance dans l'organisme

Ingrédients colorations capillaires - P-phénylenediamine, dérivés du tolène, résorcinol

Certains sont de puissants allergènes, cancérogènes ou perturbateurs endocriniens

Concentré de parfum („parfum“ ou „fragrance“) mélange de composés synthétiques et/ou naturels

Composition secrète et seuls les allergènes d'étiquetage obligatoire sont indiqués. Allergies cutanées. Certaines substances peuvent être toxiques

Métaux lourds - Plomb, Aluminium, Nickel (interdits mais présents à l'état de traces dans les pigments)

Neurotoxiques (Pb, Al), allergènes (Ni), irritants (Al)

* Selon la classification européenne des substances CMR (cancérogène, mutagène, ou reprotoxique)

Effets potentiels sur la santé

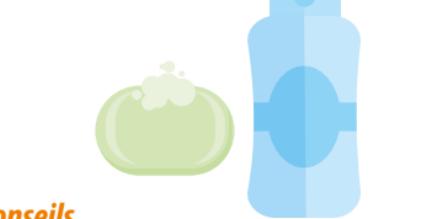


Cosmétiques féminins
Protéger les femmes enceintes des substances toxiques



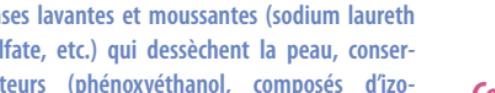
Produits bain et douche, gommages et shampoings

Bases lavantes et moussantes (sodium laureth sulfate, etc.) qui dessèchent la peau, conservateurs (phén oxyéthanol, composés d'isothiazolinone) irritants ou allergènes, parfums, comptent parmi les ingrédients courants des gels douche et shampoings. Les microbilles de plastique qui servent à améliorer les propriétés des produits cosmétiques (brillance, douceur, tenue, ...) sont à éviter, elles nuisent gravement à l'environnement.



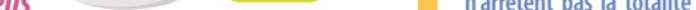
Conseils

- Préférez les savons et shampoings en pain, limitant certaines substances tels que les conservateurs par exemple
- Évitez les parfums
- Pensez aux gommages et exfoliants naturels (sucre, sel et poudre d'amande pour le visage, huile végétale et marc de café pour le corps, etc)



Conseils

- Préférez des huiles végétales adaptées à votre peau (certaines ne sont pas grasses et peuvent remplacer des crèmes), attention aux réactions allergiques possibles
- Optez pour des eaux florales
- Utilisez les crèmes avec modération pour réduire l'exposition à certaines substances à risque



Lotions, crèmes, huiles

Les huiles minérales (petrolatum, paraffinum liquidum, mineral oil) contribuent à boucher les pores de la peau et peuvent contenir des composés cancérogènes (hydrocarbures aromatiques polycycliques). De potentiels perturbateurs endocriniens sont à éviter: cyclopentasiloxane : par exemple prudence également avec le phén oxyéthanol et les composés d'isothiazolinone, allergènes par contact.



Produits solaires

Les produits de protection contiennent généralement des filtres chimiques (qui peuvent perturber le système hormonal et sont bioaccumulables) ou des écrans minéraux (qui n'arrêtent pas la totalité des rayons et certains minéraux, tels que l'oxyde de titane ou de zinc, à l'état nanoparticulaire, peuvent traverser la barrière transcutanée et sont soupçonnés d'effets néfastes sur la santé).



Conseils

- Pas/peu d'exposition aux heures les plus chaudes
- Portez des protections efficaces (vêtements clairs, légers et longs, chapeau, lunettes)
- Si nécessaire, choisir un produit solaire sans [nano], colorant, parfum ni conservateur et évitez les formats spray
- Renouvez l'application toutes les 2h



Dentifrices, produits bucco-dentaires

Produits moussants et tensioactifs (sodium laureth sulfate, PEG et dérivés), conservateurs et parfois antibactériens : autant d'ingrédients souvent présents dans les dentifrices. Certains peuvent être agressifs pour les muqueuses buccales qui ont un pouvoir absorbant deux fois plus élevé que la peau.



Déodorants et parfums

Des sels d'aluminium sont présents dans certains déodorants/anti-transpirants : malgré des doutes sur les liens entre pénétration cutanée de l'aluminium et cancer du sein, l'ANSM (*) incite à la prudence. De nombreux parfums contiennent du méthoxycinamate et/ou des phthalates (perturbateurs endocriniens et allergènes potentiels).

(*) Agence nationale de sécurité des médicaments et produits de Santé



Conseils

- Choisissez des produits de maquillage avec un Ecolabel
- Utilisez une huile végétale en démaquillant
- Prenez soin de vos ongles en redécouvrant les bains de pieds et de mains
- Inconditionnelle du vernis à ongles ? Testez les gammes bio et aérez bien pendant et après l'application
- Laissez vos ongles sans vernis régulièrement
- Évitez toute pose de vernis et faux ongles pendant la grossesse



Protéger les femmes enceintes des substances toxiques

Quel est le problème ?

Le contact intensif de la peau et des muqueuses avec des produits cosmétiques favorise leur pénétration dans l'organisme. Le passage de contaminants de la mère à l'enfant durant la période de grossesse est aujourd'hui avéré et reconnu par la communauté scientifique et médicale.

La femme enceinte est donc doublement vulnérable, car c'est non seulement sa santé, mais aussi celle de son enfant qui est en jeu. L'enfant à naître peut être exposé à divers contaminants susceptibles d'avoir des conséquences à moyen et long terme pour sa santé. Or c'est au cours de la période fœtale qu'ont lieu certaines étapes fondamentales du développement, comme la formation du système immunitaire.



Maquillage, onglerie, teintures cheveux

Les produits de maquillage constituent une source d'exposition courante aux colorants, métaux (plomb, aluminium), conservateurs, parfums, etc. Les vernis peuvent contenir des libérateurs de formaldéhyde, cancérogènes et irritants des voies respiratoires, et les dissolvants de l'acétone. Les colorants des teintures pour cheveux sont régulièrement identifiés allergènes et peuvent être cancérogènes ou perturbateurs endocriniens (résorcine par ex).