

Protéger les enfants des substances toxiques

Quel est le problème ?

Infertilité féminine et masculine, puberté précoce, augmentation des cas d'obésité et de diabète ainsi que des cancers hormono-dépendants, troubles du développement neurologique, ne sont que quelques-unes des pathologies dans lesquelles l'exposition aux perturbateurs endocriniens peut-être mise en cause. Les perturbateurs endocriniens sont des substances étrangères à l'organisme qui interfèrent avec le système hormonal, en mimant, bloquant ou altérant l'action des hormones. La période d'exposition est déterminante. La grossesse, la petite enfance et la puberté sont particulièrement critiques et doivent être protégées en conséquence car une exposition à des doses même très faibles peut avoir des effets néfastes sur le développement. On trouve des perturbateurs endocriniens dans de nombreux produits de consommation courante : emballages, plastiques, cosmétiques, textiles, matériel électronique, pesticides, produits biocides, produits ménagers, etc. Ils contaminent la population et l'environnement, à court et long terme. Les effets potentiels des mélanges de perturbateurs endocriniens parfois combinés avec d'autres substances préoccupantes sont encore très mal connus (effets cocktails). Au niveau international, de nombreux scientifiques et professionnels de santé alertent sur les dangers et les risques liés aux perturbateurs endocriniens. De plus en plus de collectivités locales, d'établissements hospitaliers, d'agences régionales de santé, etc. mènent aujourd'hui des actions de prévention et de sensibilisation sur ce sujet.

Conseils généraux

- **Moins c'est mieux !** Ne choisissez que le nécessaire
- **Aérez au moins 10 minutes 2 fois par jour**
- **Appliquez le «principe de précaution»**, notamment sur les nouveaux produits ou les effets de mode
- **Lisez les étiquettes** (ingrédients, précautions d'usage, recommandation d'âge, etc.)
- **Aidez vous des labels** tels que :



Recherchez des informations fiables :
<https://www.anses.fr/fr>
<https://www.inserm.fr/>
<https://www.santepubliquefrance.fr/>

Articles de puériculture/jouets	Cosmétiques	Alimentation et emballages	Textiles, vêtements chaussures	Produits ménagers, de rénovation, pesticides, plastiques, électronique, etc.

Substances et usages	Toxicité	Comment les repérer ?
BHA et BHT (E320 et E321 en alimentaire) – Antioxydants dans les cosmétiques, médicaments, l'alimentation et stabilisateur dans les objets et emballages plastiques, les textiles	BHA : cancérigène possible (CIRC groupe 2B*) ; considéré comme perturbateur endocrinien par le Danemark BHT : liste européenne des substances en cours d'évaluation effets perturbateurs endocriniens	Étiquetés dans la liste des ingrédients produits alimentaires et cosmétiques si ajoutés intentionnellement. Non étiquetés pour les autres produits
Bisphénols : (A, F, S, etc.) Additifs utilisés dans la fabrication de plastiques rigides, résines époxy et papiers thermiques	BPA : BPA : toxique pour la reproduction et perturbateur endocrinien avéré ; autres bisphénols (BPS, BPF, etc.) : suspectés d'effets similaires. BPA interdit dans biberons, emballages alimentaires et papier thermique. Autres bisphénols avec les mêmes classifications seront interdits	Aucune indication sur l'étiquetage. Peut être présent dans les plastiques rigides (par exemple le polycarbonate indiqué en 7)
Filtres UV organiques : Octocrylène, Benzophénone-3 (Oxybenzone), Homosalate, Ethylhexyl Methoxycinnamate, 4-MBC, UV-328, etc.	Perturbation hormonale (œstrogènes, thyroïde), reprotoxicité, cancérogénicité, certains classés SVHC**, perturbateurs endocriniens suspectés	Aucune indication sur l'étiquetage sauf pour les cosmétiques. Présents sans informations dans de nombreux produits du quotidien
Nonylphénols (NP) et Nonylphénols éthoxylés (NPE) – Tensioactifs et agents émulsifiants	Perturbateurs endocriniens suspectés, reprotoxicité, bioaccumulation ; classés SVHC**	Aucune indication sur l'étiquetage. Le label Oeko-Tex, fiches techniques ou applications de décryptage permettent de repérer les produits n'en contenant pas
Parabènes : (méthylparaben, propylparaben, butylparaben, éthylparaben –) Conservateurs, antimicrobiens	Suspectés de perturber le système hormonal en mimant les œstrogènes Restrictions dans les cosmétiques	Étiquetés dans les cosmétiques (parabènes) et l'alimentation/produits tabagiques (E214 etc.)
PFAS (PFOA, PFOS, PFHxS, etc.) – Antiadhésifs, imperméabilisants, tensioactifs	Persistants, bioaccumulables (appelés aussi „polluants éternels”), certains sont cancérigènes et perturbateurs endocriniens	Repérage difficile, car non étiquetés sauf pour les cosmétiques
Phtalates (DEHP, DBP, DINP, etc.) et DINCH Plastifiants (PVC, cosmétiques)	DEHP : reprotoxique. Autres : perturbateurs endocriniens suspectés. Certains interdits dans articles de puériculture ou cosmétiques	Pas d'étiquetage. Eviter le PVC ou chiffre 3 dans un triangle, éviter les plastiques souples
Siloxanes (D4, D5, D6) – Émollients cosmétiques	PBT: perturbateurs endocriniens. D6 : toxique pour la reproduction	Repérage difficile, car non étiquetés sauf pour les cosmétiques

* Selon la classification des substances par le CIRC (l'agence internationale de recherche sur le cancer) ** SVHC : substance, ou un groupe de substances chimiques, pouvant causer des effets néfastes sur l'homme et / ou l'environnement.



Perturbateurs endocriniens

Protéger les enfants des substances toxiques



Produits et emballages alimentaires

Le bisphénol A est interdit dans les matériaux de contact alimentaire, mais est parfois remplacé par d'autres bisphénols, qui ne sont pas étiquetés. Les aliments peuvent aussi être contaminés par d'autres perturbateurs endocriniens tels que : pesticides, conservateurs (E214 à 219), antioxydants (E310, E320, E321, E586), phtalates présents dans les emballages ou les étiquettes, composés perfluorés, etc.

Conseils

- Éviter le film alimentaire et préférez les assiettes en porcelaine, couvercles en verre ou, charlottes à plat
- Limitez l'utilisation des plastiques en contact alimentaire, d'autant plus s'il est abimé
- Ne réchauffer pas directement dans un contenant en plastique (même au micro-onde)
- Pour cuisiner, évitez les revêtements anti-adhésifs (d'autant plus s'ils sont abimés), préférez inox, verre, acier, fonte, porcelaine, fer
- Le meilleur choix : des produits non transformés, frais, de saison et produits sans pesticides ou labellisés AB
- Pensez au vrac et à apporter vos récipients pour vos courses alimentaires afin de réduire l'utilisation des emballages plastiques

Textiles, habillement, chaussures

De nombreux textiles importés contiennent des nonylphénols éthoxylés (NPE), composés tensioactifs interdits dans les articles fabriqués dans l'UE mais utilisés pour traiter les fibres textiles dans de nombreux produits importés. Les imprimés en plastique ou les dessins des vêtements peuvent contenir du PVC ou des phtalates, également utilisés dans les bottes en caoutchouc et autres vêtements imperméables. Les textiles aux propriétés anti-bactériennes comme les vêtements de sport, sous-vêtements et chaussettes peuvent contenir du triclosan ou des nano-particules d'argent. Restez prudent avec les articles importés (cuir, plastiques divers) qui peuvent parfois contenir des biocides perturbateurs endocriniens ou irritants, interdits dans l'UE mais autorisés à l'extérieur. Tous ces polluants, libérés lors du lavage, contaminent également les eaux et l'environnement.



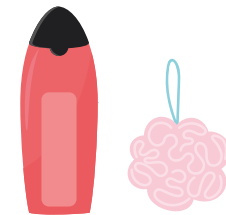
Conseils

- Lavez toujours les vêtements après achat et avant de les porter
- Évitez le PVC et préférez l'EVA (éthylène vinyle acétate) ou le caoutchouc naturel pour les tongs, bottes et vêtements de pluie
- Optez pour les fibres naturelles non traitées, comme le coton biologique ou bien le lin et le chanvre, labellisés Oeko-Tex Standard 100 ou 1000 (surtout pour les textiles au contact direct de la peau)
- Évitez les textiles traités (mention «anti»)



Produits de soins

Certains ingrédients présents dans les produits de soins sont potentiellement des perturbateurs endocriniens : filtres UV des crèmes solaires (benzophénone, éthyl-hexylméthoxynamate, etc.) et crèmes de jour, conservateurs comme certains parabènes ou émoullissants suspectés d'être perturbateurs endocriniens (siloxanes). Certaines substances sont interdites dans les produits sans rinçage pour le siège des moins de 3 ans. En France, l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) recommande d'éviter le phénoxyéthanol et plusieurs filtres UV dans les produits pour bébé.



Conseils

- Allez vers les produits les plus simple (eau, savon en pain surgras, huile végétale bio)
- Veillez à suivre les usages et les quantités recommandés
- Privilégiez les listes courtes d'ingrédients
- Lisez attentivement les étiquettes pour éviter les composés indiqués dans le tableau
- Privilégiez les produits sans nanoparticules (étiqueté [nano]), colorant ni parfum
- Ne pas utiliser d'huile essentielle chez les femmes enceintes et les enfants (au moins jusque 3 ans)

Articles de puériculture

Les bébés et les enfants découvrent le monde avec leurs cinq sens et portent les objets à la bouche. Leur peau absorbe plus facilement les polluants que celle des adultes. Les produits pour les moins de 3 ans répondent souvent à des exigences particulières : pas de BPA dans les biberons, anneaux de dentition, tétines, sucettes et contenants alimentaires, interdiction et limitation de certains phtalates dans les jouets et articles de puériculture.



Conseils

- Demandez conseil dans les magasins pour trouver des produits sans BPA et sans phtalates
- Limitez les plastiques et privilégiez d'autres matériaux (bois par exemple)
- Mettre une alèse en fibres naturelles (et labellisée si possible) sur les matelas en plastique
- Achetez d'occasion (et en bon état) peut-être une bonne idée notamment pour les tables à langer, baignoire, chaise haute, ...

Jeux et jouets

Malgré des progrès, encore trop de jouets contiennent des produits chimiques qui, même à petite dose, peuvent être dangereux pour les jeunes enfants. Les jouets les plus populaires sont plus susceptibles de faire l'objet de contrefaçons et donc de présenter un risque pour la santé et la sécurité.



Conseils

- Choisissez des textiles et poupées labellisés Oeko-Tex ou en matières naturelles non traitées
- Lavez tous les jouets (non électronique) avant usage
- Aérez les jouets avant de les donner à l'enfant pour évacuer les composés indésirables
- Pour un enfant de moins de 3 ans, évitez impérativement les jouets non destinés à sa classe d'âge
- Pour les jouets de seconde main : soyez vigilant à l'état et à ce qu'ils soient récent (ils peuvent parfois contenir des composés aujourd'hui interdits)

Quelles lois nous protègent ?

En Europe : certains perturbateurs endocriniens sont régis par le règlement sur les produits chimiques REACH. En 2018, l'UE a enfin adopté en premier lieu pour les réglementations phyto et biocides, la réglementation REACH a ensuite suivi en utilisant les mêmes définitions et documents guides. En 2023, la Commission européenne a publié un règlement qui définit de nouvelles classes de danger et de nouveaux critères de classification, d'étiquetage et d'emballage des substances et des mélanges. Cette législation s'appliquera progressivement pour les fabricants, importateurs, utilisateurs en aval et distributeurs qui mettent des substances sur le marché de l'UE. Les nouvelles classes de danger sont notamment : perturbateur endocrinien pour la santé humaine, perturbateur endocrinien dans l'environnement, (très) persistant, bioaccumulable et toxique (dans l'environnement et chez l'être humain). La France devrait poursuivre ces efforts engagés depuis 2014 et mettre en place sa 3ème stratégie Nationale sur les Perturbateurs Endocriniens (SNPE3) avec des objectifs ambitieux pour les quinze prochaines années.

Notre droit à l'information !

N'hésitez pas à poser des questions en magasin ou auprès du fabricant. Pour certaines substances (liste «candidate» des substances extrêmement préoccupantes établie par l'ECHA), il existe une obligation de fournir des informations dans un délai de 45 jours. Vous pouvez également utiliser l'application «Scan-4Chem» qui vous permet de scanner le code-barre de vos articles du quotidien et d'exercer votre droit à l'information.

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

wecf France wecf-france
 wecf_france wecf-FR
 WECFFr

Participer à nos ateliers

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

www.wecf-france.org