

Protéger les enfants en évitant les 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 (PE) est mise en cause. Les PE sont des substances étrangères à l'organisme qui interfèrent avec le système hormonal, en imitant l'action des hormones ou en bloquant leurs récepteurs, créant un déséquilibre. 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 les trouve dans de nombreux produits de consommation courante, ils conta-

minent l'environnement et la population. Au niveau international, de nombreux scientifiques et professionnels de santé alertent sur les risques liés aux PE : Organisation Mondiale de la Santé, Endocrine Society, Gynécologues, Obstétriciens... Des actions existent au plan national : la France a une Stratégie Nationale PE, le Danemark et la Suède mènent des actions de sensibilisation et de substitution, etc. Mais l'Union européenne est en retard: la proposition actuelle de la Commission européenne sur les critères de définition des PE ne protège pas suffisamment la santé. Ce guide fournit des informations dans ce contexte incertain.

Conseils généraux

- **Moins c'est mieux !** Ne choisissez que le nécessaire, évitez le superflu
- **Lors de vos achats, recherchez les labels suivants :**



- **Évitez les produits en PVC**
- **Préférez le verre, l'acier inoxydable et la céramique** plutôt que les plastiques
- **Posez des questions dans les magasins** et lisez les étiquettes (ingrédients, indications « sans », précisions d'usage, usages déconseillés, etc.)
- **A la maison : aérez au moins 10 minutes 2 fois par jour**

Nom	Comment le reconnaître ?	Articles de puériculture	Jouets	Produits cosmétiques	Alimentation	Emballages	Textiles, vêtements
Alkylphénols	S'adresser aux fabricants	B	B			B	B
Bisphénol A (BPA)	«PC» dans un triangle *	A	A			A/B	
Butylhydroxyanisol (BHA)	Dans les aliments : E320				A		
Composés organostaniques	Pas d'étiquetage	B	B				B
Composés perfluorés	Pas d'étiquetage (PFOA, DiPAP dans le papier sulfurisé, PFDS, PFNA, PFHxS)					B	B
Filtres UV	Benzophénone-3, 4-méthylbenzylidène-camphor, 4,4-dihydroxybenzophénone, benzophénone, ethylexyl methoxycinate, octocrylène			A			B
Parabènes	Dans les cosmétiques : butylparaben, propylparabens, dans les aliments : E214, E215, E218, E219			A	A	B	
Phtalates	Pas d'étiquetage. Éviter le PVC ou chiffre 3 dans un triangle	B	B	B		B	B
Resorcinol	Étiqueté (teintures pour cheveux)			A			

A : identifiable sur le produit, consulter la liste des ingrédients / les étiquettes

B : non indiqué sur le produit, s'adresser au fabricant/distributeur pour connaître la composition

* Les plastiques 7 ne contiennent pas tous du BPA.

Lexique Perturbateurs Endocriniens (PE)

Alkylphénols :

Nonylphénols : toxiques, irritants et toxiques pour l'environnement. Ils sont interdits dans les cosmétiques et dans le traitement du cuir dans l'UE. A partir de 2021, ils ne seront plus autorisés dans les textiles destinés à être lavés importés en UE. **Usages** : produits ménagers, cosmétiques, traitement des textiles, emballages alimentaires, jouets, revêtements de sols, désinfectants, sachets en PVC, peintures murales, adjuvant dans les pesticides.

Octylphenol (4-tert-Octylphenol) : inscrit sur la liste candidate de REACH au classement comme « extrêmement préoccupant ». Sur demande, le distributeur doit informer le consommateur de sa présence. Un autre alkylphénol, le 4-tert-pentylphenol est proposé par l'Allemagne pour le même classement, pour ses propriétés PE. **Usage** : fabrication de peintures, colles et pneus.

Bisphénol A : composant du plastique polycarbonate (PC), résines époxydes. Interdit en Europe dans les biberons et en France pour le

contact alimentaire. Des tickets de caisse sans BPA/phénols se développent en France. L'UE examine sa restriction dans les tickets de caisse et son classement comme extrêmement préoccupant. Attention, il est parfois remplacé par d'autres bisphénols (S, F). **Usages** : plastiques, ordinateurs, CD, papier thermique (tickets de caisse), mouchoirs en papier et papier-toilette recyclé, matériels médicaux, résines dentaires, colles, vernis, vernis à ongles, etc.

Composés perfluorés : PFOA, PFDS, PFDA, PFNA, PFHxS, etc. Certains sont classés comme polluants persistants, bioaccumulables, toxiques, reprotoxiques. **Fonction** : lubrifiant, agent de mouillage, plastifiant, agent de surface, etc. **Usages** : textiles, papier, tapis, etc.

Phtalates : additifs des plastiques souples, soupçonnés notamment de porter atteinte à la fertilité masculine. DEHP classé toxique pour la reproduction. DEHP, DBP et BBP sont interdits dans tous les jouets et articles de puériculture. DINP, DNOP et DIDP sont interdits dans les jouets destinés aux moins de 3 ans. D'autres, soupçonnés d'être des PE, sont encore autorisés.

Usages : sols et emballages en PVC, tapis avec imprimés en plastique, papiers peints vinyl, colles, rideaux de douche, meubles et sacs en plastique, câbles électriques, vernis, lessives, matériels médicaux (gants, tubulures), cosmétiques, textiles enduits, jouets (plastiques souples, jouets aquatiques).

Parabènes : conservateurs, 5 parabènes sont interdits dans les cosmétiques, 2 autres (propyl- et butyl-paraben) dans les produits destinés au siège des bébés. **Usages** : produits cosmétiques, médicaments, aliments, produits tabagiques, produits d'entretien des chaussures. **Étiquetage** : butylparaben, etc. (cosmétiques) et E214 à E219 (produits tabagiques et aliments).

Résorcine : Mise en cause dans les troubles de la thyroïde. **Usage** : teintures pour cheveux.

Filtres chimiques UV : ont souvent une activité oestrogénique. **Usages** : cosmétiques et crèmes solaires.

Étiquetage : benzophénone-3, 4-méthylbenzylidène-camphor, 4,4-dihydroxybenzophénone, ethylexyl methoxycinate, octocrylène.

Protéger les enfants en évitant les substances toxiques

Guide WECF



Produits et emballages alimentaires



Selon des analyses de 2016 de l'ONG Générations Futures, les céréales muesli non bio du petit déjeuner contiennent des résidus de pesticides PE. Le bisphénol A est interdit dans les biberons dans toute l'Union européenne (UE). En France, il est interdit depuis janvier 2015 dans tous les matériaux de contact alimentaire. Les aliments peuvent être contaminés par d'autres PE : conservateurs, (E214 à 219), antioxydants (E320), phtalates présents dans les emballages ou les étiquettes.

Conseils

- Evitez le polycarbonate, code PC ou OTHER
- Evitez les boîtes de conserve (revêtement interne en résine époxyde jusqu'à une date récente)
- Evitez autant que possible d'utiliser un four micro-ondes
- Ne réchauffez jamais un contenant en plastique
- Préférez des alternatives : verre, inox, céramique (ou bien optez pour du polypropylène (PP) ou du polyéthylène (PE) jugés plus sûrs)
- Le meilleur choix : des produits non transformés frais, locaux et sans emballages, produits sans pesticides ou labellisés AB



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 fabriqués hors UE et 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 antibactériennes comme les vêtements de sport, sous-vêtements et chaussettes peuvent contenir du triclosan ou des nano-particules d'argent. Restez prudents avec les articles importés (cuir, plastiques divers) qui peuvent parfois contenir des biocides PE ou irritants, interdits dans l'UE mais autorisés à l'extérieur (pentachlorophénol, tributylétain, diméthylfumarate) : la nouvelle législation biocides améliore la situation. Tous ces polluants, libérés lors du lavage, contaminent les eaux et l'environnement.



Conseils

- Lavez toujours les vêtements après achat avant de les porter
- Evitez 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
- Evitez les textiles anti-bactériens, inutiles

Cosmétiques

Certains ingrédients présents dans les cosmétiques ont une activité hormonale : filtres UV des crèmes solaires et crèmes de jour, conservateurs comme certains parabènes. On trouve aussi des composés d'isothiazolinone, allergènes puissants, dans de nombreux produits. L'UE a interdit en 2014 le propyl- et le butyl-parabène dans les produits sans rinçage pour le siège des moins de 6 mois. 5 autres parabènes sont interdits dans les cosmétiques. 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. Des travaux européens sont en cours sur la résorcine, PE suspecté, présent dans la grande majorité des teintures capillaires.



Conseils

- Moins c'est mieux ! N'utilisez que les produits nécessaires, en quantité minimale
- Lisez attentivement les étiquettes des cosmétiques pour éviter parabènes, composés d'isothiazolinone, BHA, phénoxyéthanol, etc.
- Evitez les crèmes solaires et de jour contenant des filtres UV soupçonnés d'activité hormonale : 3-benzylidène camphor, 4-méthylbenzylidène camphor, 4,4-dihydroxybenzophénone, benzophénone, éthylexyl methoxycinnamate, octocrylène
- Préférez des filtres minéraux aux filtres UV nanoparticulaires étiquetés [nano] depuis juillet 2013



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. Mais la réglementation manque d'harmonisation.

Conseils

- Demandez conseil dans les magasins pour trouver des produits sans BPA et sans phtalates
- Posez une serviette ou une couverture lavables sur les matelas en plastique



Jeux et jouets



Malgré des progrès, les perturbateurs endocriniens ne sont toujours pas réglementés dans les jouets en tant que catégorie à part entière. Poupées et jouets en plastique souple peuvent contenir des plastifiants (phtalates) toxiques pour la reproduction. Une limite de migration (0,1 mg/L) pour le bisphénol A existe maintenant pour tous les jouets (arrêté du 8 janvier 2015). D'autres PE peuvent également être présents dans les jeux et jouets.

Conseils

- Choisissez des textiles et poupées labellisés Oeko-Tex 100/1000 ou en matières naturelles non traitées
- Lavez tous les jouets lavables avant usage et sortez les jouets de leur emballage plusieurs jours avant de les donner à l'enfant pour évacuer un maximum de composés
- Pour un enfant de moins de 3 ans, évitez impérativement les jouets en plastique non destinés à sa classe d'âge



Quelles lois pour se protéger ?

Les produits de consommation sont souvent réglementés par secteurs : règlement cosmétiques, règlement pesticides, directive jouets, etc. Les perturbateurs endocriniens ne sont pas encore réglementés : la définition que la Commission européenne devait adopter dans le cadre des règlements biocides et pesticides en 2013 devrait enfin être précisée en 2017. Le règlement REACH permet de réglementer certains PE comme substances extrêmement préoccupantes ou d'en restreindre l'utilisation pour certains usages. En France, la Stratégie nationale PE mise en œuvre à partir de 2015, prévoit des contrôles renforcés des produits de consommation et l'évaluation de plusieurs substances.

Posez des questions !

N'hésitez pas à poser des questions dans les magasins. C'est votre droit. Le règlement européen REACH impose aux fabricants/distributeurs de répondre dans les 45 jours à vos questions sur la présence de certaines substances chimiques dangereuses (169 à ce jour) dans les produits (hors cosmétiques, déjà étiquetés) que vous achetez. Utilisez le modèle de lettre disponible sur : www.projetnesting.fr

En savoir plus

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



Participer aux ateliers WECF

www.projetnesting.fr
www.mamaisonmasante.fr

Nous soutenir : adhérer sur
www.wecf.eu/francais/wecf/membres.php

www.projetnesting.fr