

Janvier 2008

LES PRODUITS CHIMIQUES AU QUOTIDIEN

Dominique nous a parlé ce jour-là des produits chimiques au quotidien (produits ménagers, cosmétiques...). Les produits de nos salles de bains et de nos cuisines recèlent pas mal de dangers à cause de substances qui les composent dont de très nombreuses sont nocives et peuvent s'accumuler dans l'organisme. Elle nous a indiqué comment bien lire les étiquettes de composition pour repérer les molécules dangereuses et nous a donné quelques conseils pour acheter des produits les moins dangereux pour la santé.

Dominique est une spécialiste du domaine, elle effectue des contrôles pour l'administration chargée de la sécurité des produits, ceci afin de vérifier, notamment, que l'étiquetage détaille correctement la nature des ingrédients qui les composent.

Ci-dessous quelques points que j'ai notés au cours de cette conférence.

- Sur 100 000 substances répertoriées, 35 000 sont utilisées par l'industrie. Le nombre de cancers explose. Les allergies aussi. Des études sont en cours et tendent à prouver le lien entre l'exposition aux produits chimiques et la prévalence de ces maladies.
- En 2001, un Livre Blanc a été écrit, présentant la stratégie pour une future politique communautaire dans le domaine des substances chimiques. Il a débouché sur la réglementation européenne REACH, qui inverse la charge de la preuve. C'est désormais à l'industriel de prouver la nature des dangers du produit qu'il vend sur le marché.
- Le pire est derrière nous. Avant 1981, les produits chimiques étaient mis sur le marché sans étude. Depuis 1981, une étude est faite pour chaque nouvelle substance et 3 000 nouvelles substances ont ainsi été déclarées et font l'objet d'un dossier d'évaluation. L'accord pour l'industrialisation est donné en fonction de la toxicité mais aussi de l'usage. Chaque producteur présente son dossier qui est examiné sur la forme, la pertinence des tests, etc. La priorité de REACH en ce

moment, ce sont les CMR (cancérogènes, mutagènes et reprotoxiques), les produits accumulables et biopersistants.

- Les produits peuvent avoir des effets toxiques, corrosifs, allergisants, écotoxiques (impact sur l'environnement), cancérogènes, mutagènes, reprotoxiques (CMR). Ces trois derniers sont classés en trois catégories. Les catégories 1 et 2 sont les plus dangereuses pour l'homme et ne sont plus présentes actuellement dans les produits du quotidien.

Souvent, les produits les plus efficaces sont aussi les plus dangereux pour la santé. Le conseil de Dominique : aérez quand vous restaurez un meuble ou refaites vos revêtements muraux, protégez-vous (gants, lunettes, masques, selon le produit).

- Se méfier des aérosols car si on respire le produit, il passe vite dans le sang. Il existe des cas de détresse respiratoire pour des personnes ayant imperméabilisé leur combinaison de ski dans un local fermé. Le conseil de Dominique : sortez dehors pour une imperméabilisation.
- Il est conseillé de bien lire les étiquettes des produits (détergents, aérosols d'imperméabilisation, produits pour le bricolage, etc.) et respecter les consignes : mettre des gants, aérer la pièce.
- Utiliser la peinture acrylique plutôt que la peinture glycéro. Elle est moins toxique pour l'homme et son environnement, sèche vite et sans odeur. Il est préférable d'éviter les produits pétroliers tels que le white spirit, sinon il faut se protéger les mains avec des gants en nitrile.
- Tous les produits liquides (détergents, gels douche...) ont des conservateurs dont certains sont à éviter. Si l'on veut limiter l'exposition aux conservateurs, il faut choisir les produits en tube qui en ont moins que les pots de crème.
- Certains produits sont estampillés « Eco-Label », le label écologique de l'union européenne. Quelques critères pour l'attribution de ce label : limitation de certaines molécules, fabrication limitant les déplacements, emballage recyclable.
- Les cosmétiques contiennent certains éthers de glycol. Le conseil de Dominique : éviter le propylène glycol, le butylène glycol (l'éthylène glycol est déjà interdit depuis 10 ans). Ces éthers de glycol ont la propriété d'altérer la fertilité, de provoquer des malformations du fœtus. Eviter aussi l'acétate de plomb, présent dans les produits de repigmentation des cheveux. Du fait des risques pour les femmes, il est commercialisé seulement pour les hommes. Concernant les colorations pour les cheveux, il est préférable d'éviter les teintures contenant de la résorcine et de la paraphénylènediamine (ou p.phénylènediamine)

- Les produits cosmétiques chers ne sont pas forcément exempts de molécules préoccupantes pour la santé. Quand ils sont bio, on n'y trouve pas, notamment, de parabens, ni de dérivés pétroliers tels que la paraffine. Maintenant, un produit bio n'est pas un gage absolu d'une absence totale de risque. La présence de dioxyde de titane dans les laits solaires bio en est un exemple.
- On trouve maintenant des filtres solaires à +50, +60, la notion d'écran total n'existant plus. Les filtres chimiques présents dans ces produits sont des perturbateurs endocriniens. Le conseil de Dominique : utilisez des cosmétiques bio qui contiennent exclusivement des filtres minéraux (Cf. plus haut la présence de dioxyde de titane, filtre minéral mais avec des risques récemment avérés). Ces derniers affichent une protection de +15 qui ne doit pas faire peur, c'est l'excès d'exposition au soleil qu'il faut, en priorité, éviter, et non se croire faussement protégé par des crèmes à indice élevé.
- Certains gels douches ont des tensio-actifs tellement actifs qu'ils détruisent le film lipidique de la peau. Une sorte de talc chimique est alors ajouté au produit pour que la peau semble douce. Pourquoi ne pas utiliser des molécules moins agressives ?...
- La plupart des antitranspirants contiennent du chlorhydrate d'aluminium, qui a la propriété de boucher les pores de la peau et limiter le phénomène naturel de la sudation. Cette molécule serait impliquée, selon certaines études scientifiques, dans des cancers du sein. Il existe un déodorant bio qu'on peut utiliser à la place : la pierre d'alun.
- Autrefois, le savon de Marseille était fabriqué à partir d'une base grasse végétale et de la soude. Aujourd'hui, la base grasse est du suif issu des abattoirs. Le conseil de Dominique : utilisez du savon d'Alep, bio si possible, autrement du savon d'Alep de qualité, fabriqué sur une base d'huile d'olive et d'huile de baies de laurier (exclusivement). Plus le pourcentage de baies de laurier est élevé, mieux il est adapté aux peaux à problème. Au lieu de lait corporel, on peut utiliser des huiles végétales, macadamia, argan...
- On trouve dans les lessives différents éléments : des tensio-actifs, conservateurs, parfums, enzymes séquestrant de calcaire, azurants optiques (molécules qui donnent une couleur un peu bleutée ou blanche). Les lessiviers doivent indiquer sur les emballages l'adresse d'un site internet où l'on peut en savoir plus sur la composition complète. Les produits lessiviels sont importants car nos vêtements lavés sont imprégnés de résidus de produits chimiques de lavage et sont en contact direct avec notre peau.

Le conseil de Dominique : utilisez plutôt une lessive avec tensio-actifs d'origine végétale.

Pour terminer, Dominique nous a donné une liste de molécules à bannir. Elles seront certainement interdites d'ici quelques années :

- dioxyde de titane (donne la couleur blanc nacré aux gels douche et shampooing, etc.)
- méthylparabène
- éthylparabène
- butylparabène
- imidazolidinyle
- phénoxy-2 éthanol
- méthylisothiazolinone
- oxybenzone (filtre chimique contre les UV)
- éthylhexyle méthoxycinnamate (filtre chimique contre les UV)

Pour en savoir plus :

« Silence, on intoxique » d'André Aschieri.

Un site : www.artac.info

Merci Dominique pour cette conférence très intéressante... et pour ta contribution à ce compte-rendu !

Catherine