

Cosmétiques

✗ A éviter : Les substances toxiques fréquemment employées, à **bannir pour les moins de 3 ans.**

Ammonium Lauryl Sulfate, > Irritant.

Benzophenone-1, Benzophenone-3, > *Perturbateurs endocriniens.*

BHA/BHT > *Perturbateurs endocriniens.*

Butylparaben, Potassium ou Sodium Butylparaben,
> *Perturbateurs endocriniens.*

Cyclopentasiloxane, Cyclotetrasiloxane, > *Perturbateurs endocriniens.*

Ethylhexyl Methoxycinnamate Methylchloroisothiazolinone, Methylisothiazolinone,

Phenoxyethanol, > *Toxique pour le foie.*

P-Phenylenediamine (et substances dont le nom contient « p-Phenylenediamine ») > *Allergènes.*

Propylparaben, Potassium ou Sodium Propylparaben
> *Perturbateurs endocriniens.*

Sodium Lauryl Sulfate > Irritant.

Triclosan > *Perturbateur endocrinien.*

✓ A privilégier :

- Les listes d'ingrédients courtes.
- Les huiles végétales.
- Les labels bio*.



Produits d'entretien

✗ A éviter : La multiplication des produits, l'eau de javel, les détergents « sans frotter », les odeurs de propre obtenues à partir de parfums de synthèse.

✓ A privilégier : Les produits naturels : savon noir, savon de Marseille, bicarbonate de soude, vinaigre blanc. Les produits écologiques, labellisés*.

*En plus des labels officiels, il existe bien d'autres labels de qualité : suivez-les ! En savoir plus : www.ademe.fr/logos-environnementaux-produits

Chiffres clefs

4 milliards d'euros : c'est l'estimation annuelle du coût pour notre système de santé, de l'exposition de la population aux perturbateurs endocriniens. (Source : Health and Environment Alliance, HEAL)

40 % des logements ont au moins un problème de qualité de l'air intérieur. Nous passons **80 %** de notre temps dans des espaces clos.

Les maladies allergiques concernent **25 % à 30 %** de la population dans les pays industriels. (Source : OQAI)

Perturbateurs endocriniens, nanoparticules... Que dit la science ?

Il s'agit de composés chimiques qui interagissent avec notre organisme. On peut en trouver dans de nombreux produits du quotidien : alimentation, produits d'entretien, linge, équipement de la maison... Leur nocivité est difficile à quantifier car elle découle de l'addition des effets de plusieurs composés à faibles doses, qui ensemble peuvent perturber l'organisme sans que chacun, isolément, n'ait d'effet.



Dans notre environnement, notre alimentation et les produits du quotidien, les occasions sont nombreuses d'être en contact avec des polluants dangereux pour la santé, surtout celle des plus fragiles. Pourtant, des solutions existent : chacun peut s'en saisir et en inventer de nouvelles pour limiter l'exposition aux polluants de toute sa famille.

En tant que représentante officielle des familles auprès des pouvoirs publics et association de défense des consommateurs, l'UNAF veille et agit pour que les parents soient bien informés et puissent faire des choix éclairés, pour eux-mêmes et pour leurs enfants.

Union nationale des associations familiales (UNAF)

28 place Saint-Georges 75009 Paris

Tél. 01 49 95 36 00

www.unaf.fr

Unaf
Union nationale
des associations familiales

Polluants : Comment protéger sa famille ?



**GUIDE
PRATIQUE
PARENTS**

**Alimentation - Maison
Cosmétiques - Jardin**

