

SAVONS, CRÈMES ET MAQUILLAGE : JE RESTE VIGILANT(E) !



Le moins, c'est le mieux !

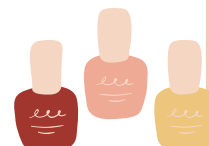
Je privilégie
les cosmétiques
labellisés écologiques.



J'évite les produits contenant des **parabènes**, des **phtalates**, ou du **triclosan**.



J'évite l'application trop fréquente de vernis à ongles. J'**aère** la pièce pendant et après l'application du vernis.



Si je suis **enceinte**, je n'utilise que des produits cosmétiques *vraiment* essentiels. Pareil pour mon **bébé** ! En effet, les tous petits sont particulièrement fragiles aux substances chimiques, et ce surtout pendant les **1000 premiers jours de vie**.

Je choisis une **crème solaire bio**  aux **filtres 100% minéraux** et sans nanoparticules. Je bannis complètement l'oxybenzone pendant ma grossesse et chez mon enfant de moins de 10 ans.



Je privilégie des **pains de savon** à base végétale bio, qui ne laissent pas de film résiduel sur la peau.

Je n'applique pas de déodorant contenant des sels d'aluminium (ou autres produits) sur une **peau lésée** ni immédiatement après épilation.

Je favorise les **produits non-parfumés** !



Je **change régulièrement de marque** de produit, pour éviter d'être exposé trop longtemps au mêmes substances. Je suis encore plus vigilante avec les produits "**non-rincés**", qui ont un contact prolongé avec la peau (déodorant, crème hydratante, maquillage...).

L'application mobile **INCI Beauty** décrypte pour moi les substances chimiques contenues dans mes produits.



Crèmes hydratantes, savons, shampooing, vernis, déodorant ou mascara, vos produits cosmétiques contiennent de nombreuses substances chimiques qui **traversent la peau pour se retrouver dans votre circulation sanguine et vos tissus**. Certains d'entre elles sont **toxiques pour la reproduction**, d'autres sont **cancérogènes** ou sont des **perturbateurs endocriniens**.

Un perturbateur endocrinien est une substance étrangère à l'organisme qui mime ou inhibe les hormones et provoque ainsi des effets négatifs sur la santé des personnes exposées, ou de leurs descendants. Les personnes les plus sensibles sont les **femmes enceintes et les jeunes enfants**, qui, en plein développement, sont sous l'influence de nombreux phénomènes hormonodépendants.

Quelques molécules à la loupe :

- Le **butylphényl méthylproponial ou lilial**: sa toxicité pour la reproduction ne peut pas être exclue, mais le lilial est pourtant présent dans 9,55% des produits cosmétiques. Utilisé comme parfum, il fait partie des 26 allergènes à déclaration obligatoire (pour une certaine concentration) dans la liste INCI. **Pour les autres parfums pour cosmétiques et produits d'entretien, il n'y a aucune régulation par les autorités!** Les "fragrances" sont des cocktails de substances chimiques: les industriels eux-mêmes n'en connaissent pas la composition exacte lorsqu'ils les ajoutent à leurs produits.
- Le **triclosan**, présent dans le dentifrice, est un conservateur également utilisé pour ses propriétés antimicrobiennes. C'est un perturbateur endocrinien avéré pour l'homme. Il augmente également le risque de cancers et de maladies cardio-vasculaires chez le rongeur, ce qui n'a pas encore pu être confirmé chez l'homme pour des raisons éthiques évidentes.
- Certains scientifiques ont remarqué une augmentation de l'apparition de cancers du sein à proximité de la zone d'application des déodorants contenant des **sels d'aluminium**. Ils ont également été incriminés dans la maladie d'Alzheimer. Les preuves ne sont pour le moment pas suffisantes pour conclure à un lien de cause à effet, mais elles ne l'excluent pas non plus; prudence donc! La pierre d'alun est naturelle mais n'est pas une alternative, elle est elle-même riche en aluminium.
- Le formaldéhyde est un durcissant présumé cancérogène, mutagène et reprotoxique. Son usage est interdit dans les cosmétiques, cependant il n'y a pas encore de réglementation concernant les **libérateurs de formaldéhyde**. Ces substances libèrent du formol au contact avec de l'eau, sous l'influence de différents facteurs : pH, température... On les retrouve principalement sous le nom de **diazolidinyl urée, quaternium-15, imidazolidinyl urée, DMDM hydantoïne, sodium hydroxyméthylglycinate**,...
- Les **parabènes** sont des perturbateurs endocriniens potentiels chez l'homme. Ces conservateurs sont également incriminés dans le cancer du sein et des troubles de l'appareil reproducteur masculin.
- Les **phtalates**, connus pour leur effet assouplissant/plastifiant (PVC), sont utilisés comme fixateur et solvant dans les produits cosmétiques. Ils traversent la barrière placentaire et sont présents dans 90 à 100% des échantillons de liquide amniotique des fœtus ! Pourtant, plusieurs d'entre eux sont des perturbateurs endocriniens et sont considérés comme toxiques pour la reproduction.