



Certains composants des crèmes et autres produits cosmétiques suscitent des craintes pour la santé.
© 123RF

SANTÉ

Nos cosmétiques, des bombes toxiques?

Un grand nombre de produits d'hygiène corporelle contiennent des substances préoccupantes, d'après l'association française de défense des consommateurs UFC-Que choisir. Mais les experts se veulent rassurants

5 minutes de lecture

📌 **Santé**

Pascaline Minet

Publié jeudi 3 mars 2016 à 20:54.

Substances irritantes ou toxiques pour le foie, allergènes, perturbateurs endocriniens... autant d'ingrédients douteux qui ne devraient a priori pas se retrouver dans les cosmétiques. Et pourtant: une enquête récente de l'organisation française de défense des consommateurs UFC-Que choisir a révélé la présence de telles substances dans 185 produits d'hygiène du quotidien. Nos dentifrices,

crèmes pour le visage, shampoings et autres lingettes pour bébé sont-ils vraiment des concentrés de toxiques? Les experts relativisent la menace. Et livrent quelques conseils pratiques.

Les allergènes, des substances très fréquentes

Parmi les substances pointées du doigt par UFC-Que choisir, les allergènes figurent en bonne place, puisqu'ils ont été identifiés dans 62 produits sur les 185 testés. De nombreux parfums et agents conservateurs ont un effet allergisant: une enquête réalisée en 2015 par *Bon à savoir* a montré que certains sprays de protection solaire contenaient jusqu'à 10 allergènes reconnus! A leur contact, les personnes sensibles risquent de souffrir de réactions cutanées de type eczéma, généralement sans gravité.

Une des molécules les plus controversées est sans doute la méthylisothiazolinone (MIT). Ce conservateur connu depuis les années 1970 a récemment été remis au goût du jour par les industriels en dépit de son effet allergisant bien documenté... et cela pour remplacer d'autres conservateurs, des parabènes, interdits entre-temps car suspectés d'être des perturbateurs endocriniens. Autres substances problématiques, la p-Phenylenediamine et ses composés sont des colorants extrêmement allergisants retrouvés dans les teintures capillaires et les tatouages éphémères.

Prudence avec les cosmétiques pour bébé

De nombreux produits de soins destinés aux tout-petits contiennent des substances controversées, comme l'avait déjà révélé au mois de février l'ONG Women in Europe for a Common Future, après avoir passé au crible quelque 341 produits cosmétiques pour bébés. Parmi les ingrédients jugés «à risque élevé» retrouvés dans ces crèmes, laits et autres lingettes figuraient des allergènes, comme la méthylisothiazolinone et des parfums, mais aussi un conservateur suspecté d'être toxique pour le foie, le phenoxyethanol. L'Agence

nationale française du médicament et des produits de santé (ANSM) a récemment recommandé de réduire l'usage de cette substance chez les moins de trois ans, en particulier au niveau des fesses irritées par les couches, où la barrière cutanée est altérée. Enfin, les produits contenant des perturbateurs endocriniens devraient aussi être proscrits chez les enfants, considérés particulièrement sensibles à cette classe de molécules.

La trouble menace des perturbateurs endocriniens

Sur les produits évalués par UFC-Que choisir, 101 comprenaient des substances suspectées d'être des perturbateurs endocriniens, c'est-à-dire d'altérer le fonctionnement du système hormonal. Parmi ces molécules figurent notamment des filtres UV, comme les benzophénone-1 et benzophénone-3 ou l'éthylhexyl methoxycinnamate. Celles-ci ne se retrouvent pas seulement dans les crèmes solaires mais aussi dans des crèmes de soin, du maquillage, des eaux de toilette et des shampoings, dont elles servent à protéger les principes actifs contre la lumière.

Plus connus, les parabènes font désormais l'objet d'une réglementation: les plus dangereux sont interdits, tandis que l'éthylparabène et le méthylparabène ne semblent pas poser problème. Enfin, l'antimicrobien triclosan, soupçonné d'agir non seulement sur les hormones œstrogènes, mais aussi sur la fonction thyroïdienne, ne peut être utilisé que dans des proportions limitées. Il a été retrouvé dans quelque 67 dentifrices, savons, shampoings et déodorants achetés en Suisse en 2014 par l'association des Médecins en faveur de l'environnement, qui milite en faveur de l'interdiction totale de cette substance.

«Le mode d'action qui débouche sur un effet au niveau hormonal est très variable d'un perturbateur endocrinien à un autre et l'effet de ces molécules a pour l'instant surtout été prouvé sur des cultures de

cellules ou sur des animaux. Chez l'être humain, le lien entre ces molécules et des pathologies est très difficile à établir. Toutefois, la prudence est justifiée car on sait qu'elles peuvent agir à de très faibles concentrations et que leurs effets peuvent se combiner en cas d'exposition multiple», souligne Nathalie Chèvre, écotoxicologue à l'Université de Lausanne. Une enquête réalisée en 2013 par la Fédération Romande des Consommateurs a évalué l'«effet cocktail» entraîné par l'exposition à plusieurs produits cosmétiques à la fois. Elle montre que les produits destinés à rester sur le corps (crèmes, lotions, déodorants) sont ceux qui représentent le plus de danger.

Faut-il s'inquiéter de la présence de ces substances?

De prime abord, la liste de substances contenues dans les cosmétiques semble préoccupante. Pourtant, les experts contactés nuancent le risque. «Il est faux de parler de substances toxiques dans le cas des cosmétiques, qui font l'objet de réglementations sévères en matière de sécurité», estime ainsi Céline Couteau, cosmétologue à l'Université de Nantes et auteur d'une tribune publiée sur le site The Conversation en réponse à UFC-Que choisir. En Europe, ce sont les avis du Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs (CSSC), groupe d'experts indépendants chargés d'évaluer les produits cosmétiques, qui font foi. La Suisse possède sa propre réglementation, mais elle s'appuie sur les opinions du CSSC pour établir la liste des substances dont l'emploi est autorisé.

«Il est dérangeant qu'UFC-Que choisir présente sur un même niveau des effets avérés, comme celui des allergènes, et des effets supposés comme ceux des perturbateurs endocriniens. Le risque exact pour le consommateur n'est pas non plus précisé, ce qui concourt à donner à l'ensemble un ton exagérément alarmiste», considère Nicolas Roth, toxicologue au Centre suisse de toxicologie humaine appliquée. Gaëlle Landry, spécialiste des cosmétiques chez UFC-Que choisir, défend quant à elle ses résultats, basés sur des études des organes de

régulation français et européens et sur des avis d'experts: «Nous reconnaissons que les cosmétiques ne sont pas des produits faciles à formuler, mais il existe bien des substances problématiques, et certains industriels arrivent à s'en passer. Alors pourquoi pas tous?»

Comment choisir ses cosmétiques?

Pour UFC-Que choisir, c'est au consommateur de se responsabiliser, et de traquer les substances incriminées sur les étiquettes des produits d'hygiène. Le recours au bio garantit par ailleurs que certains conservateurs problématiques ne sont pas utilisés. Mais ce n'est pas la panacée pour tout le monde: «Dans les produits bio, des huiles essentielles sont souvent utilisées pour remplacer les ingrédients usuels. Or il s'agit de substances particulièrement allergisantes», indique Céline Couteau.

Qui ne conseille pas non plus de se fier aux étiquettes: «Un produit estampillé «hypoallergénique» peut très bien renfermer des allergènes comme la MIT!» Des mentions comme «testé en laboratoire» ou «spécial peaux sensibles» n'engagent pas non plus à grand-chose. Alors quoi? «L'essentiel est de faire preuve de bon sens, par exemple en utilisant de l'eau plutôt que des lingettes pour nettoyer les fesses de bébé lorsqu'elles sont lésées, et en choisissant généralement les cosmétiques qui ont les formulations les plus simples», affirme Nicolas Roth.

À propos de l'auteur

Pascaline Minet
