



Produits ménagers Protéger les enfants des substances toxiques

Substances

Effets potentiels sur la santé

Acide chlorhydrique, acide formique, éthanolamine, soude caustique (corrosifs)	<i>Effet toxique pour la peau, les voies respiratoires et les yeux en cas d'inhalation</i>
Azurants optiques (blanchissants)	<i>Se déposent sur la peau, non biodégradables</i>
Chlorure de benzalkonium, cetrimonium chloride, chlorure de didécylméthylammonium dits ammoniums quaternaires (conservateurs, tensioactifs, désinfectants)	<i>Favorisent la résistance des bactéries</i>
Composés éthoxylés (tensioactifs, agents mouillants)	<i>Peu biodégradables</i>
Composés d'isothiazolinone – CMIT, MIT, BIT (conservateurs) etc.	<i>Allergènes par contact, irritants pour la peau MIT : allergène par contact, étiqueté « contient de la MIT. Peut provoquer une réaction allergique » si présent à + de 100 ppm dans le mélange</i>
Dimethicone, cyclopentasiloxane, octaméthylcyclotérasiloxane (silicones – anti-moussants)	<i>Dimethicone irritant pour les yeux Octaméthylcyclotérasiloxane susceptible de nuire à la fertilité Toxiques pour les organismes aquatiques</i>
EDTA (anti-calcaire)	<i>Peu biodégradable, persistant</i>
Formaldéhyde (non indiqué sur l'étiquette)	<i>Irritant des voies respiratoires (et cancérigène en cas de forte exposition aigue)</i>
HICC, limonene, citronello, etc. (parfums)	<i>26 substances allergènes obligatoirement présentes sur l'étiquette</i>
Hypochlorite de sodium (eau de Javel, désinfectant)	<i>Corrosif, provoque des brûlures de la peau, irritant des voies respiratoires, etc. – ne pas respirer et porter des gants de protection</i>
Nitromuscs, muscs polycycliques (parfums)	<i>Perturbateurs endocriniens, allergènes</i>
Phtalates (fixateurs de parfums)	<i>Non indiqués sur l'étiquette, certains sont reprotoxiques (DEHP) et perturbateurs endocriniens suspectés</i>

Prod. d'entretien	Lessives	Vaisselle et cuisine	SDS et toilettes	Sols mobiliers	Désodorisants
■		■			
■		■	■		
■			■	■	
■	■	■	■	■	
■	■	■	■	■	■
■		■	■	■	
■	■	■	■	■	
■	■	■	■	■	■
■		■	■	■	
■	■	■	■	■	
■	■	■		■	
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		
■	■	■	■		

Conseils

- **Essayez des recettes de produits ménagers « maison » simples (pas plus de 3 ingrédients)** à base de jus de citron, vinaigre blanc, bicarbonate de sodium, efficaces, peu coûteuses
- **Evitez les produits parfumés:** ils ne sont pas un gage de propreté et peuvent provoquer des allergies et irritations respiratoires
- **Evitez phosphates, désinfectants, antibactériens, javel et conservateurs**
- **Utilisez de petites quantités de produits:** aucun n'est 100% biodégradable !
- **Portez des gants et aérez suffisamment pendant et après le ménage**
- **Jouez la sécurité: gardez les produits ménagers hors de portée des enfants,** ne les transvasez pas dans d'autres contenants et ne les mélangez pas
- **Evitez les symboles suivants :** Dangereux pour la santé, très dangereux pour la santé, toxique ou mortel, corrosif, toxique pour les organismes aquatiques et inflammable



- Lors de vos achats, choisissez de préférence les produits avec les labels suivants :



Liens utiles

ADEME: www.ademe.fr/moins-produits-toxiques
 WECF France: https://wecf-france.org/wp-content/uploads/2019/02/wecf_fiches-web_produits-m_1_-3.pdf
Des fabricants publient la composition détaillée de leurs produits.
 Exemples: www.rbeuroinfo.com ; www.whatsinsidesjohnson.com

Quelles lois pour se protéger ?

Contrairement aux cosmétiques, tous les ingrédients des produits ménagers ne sont pas indiqués sur l'emballage: les fabricants doivent mettre presque toutes ces données à disposition sur leur site internet. Selon le règlement Détergents CE/648/2004, seuls certains ingrédients sont obligatoirement indiqués quelle que soit leur concentration: conservateurs, azurants optiques, désinfectants, enzymes et parfums. D'autres sont indiqués à partir d'une concentration supérieure à 0,2%: phosphates, phosphonates, agents de surfaces, blanchissants, EDTA, etc. 26 fragrances allergènes sont également signalées à partir de 0,01%. En outre, des symboles de danger signalent certains produits. L'association 60 Millions de consommateurs a demandé la mise en place d'un étiquetage allant du vert au rouge pour identifier les produits les plus dangereux pour la santé.

* En 2016, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) a rendu un rapport sur la méthylisothiazolinone (MIT), conservateur et allergène par contact très présent dans les produits ménagers. La MIT est responsable d'un nombre croissant d'allergies. L'Anses recommande d'informer systématiquement le consommateur de sa présence dans les produits.

Comment éviter irritations et allergies

Evitez autant que possible les produits contenant des conservateurs et des parfums, reconnaissables aux mentions suivantes: composés d'isothiazolinone* amyl cinnamal, hexylcinnamaldéhyde, linalool, benzyl alcohol, géranol, eugénol, lilial, méthylheptane carbonate, Citronello, limonène, citral et géranol sont les composants typiques des essences d'agrumes, souvent présents dans les produits ménagers. L'ammoniaque de certains nettoyeurs multi-usages irrite les voies respiratoires et les muqueuses. Si possible, privilégiez un nettoyage sans produits ménagers, des produits sans parfums, et aérez toujours après usage. N'abusez pas non plus des huiles essentielles !

En savoir plus

Wecf France
 13 avenue Emile Zola 74100 Annemasse
 Tél : +33 (0) 450 83 48 10
wecf.france@wecf.eu
[f wecf France](https://www.facebook.com/wecf.france) [@wecf_FR](https://twitter.com/wecf_FR)

Participer à nos ateliers

<https://wecf-france.org/sante-environnement/participer-a-un-atelier/>

Nous rejoindre

<https://wecf-france.org/nous-rejoindre/>

Produits d'entretien

Les produits d'entretien contiennent souvent des ingrédients indésirables: allergènes (composés d'isothiazolinone, certains parfums), perturbateurs endocriniens, irritants respiratoires, etc. Évitez les produits désinfectants ou antibactériens contenant du chlore, libérateurs de formol, antibactériens qui peuvent nuire au système immunitaire et être irritants.



Conseils

- Ne mélangez jamais plusieurs produits
- Utilisez un produit multi-usages écologique, de préférence sans parfum
- Lisez les pictogrammes de danger et la liste des ingrédients
- Fiez-vous plutôt aux labels qu'aux allégations « naturel », etc.
- Optez pour des chiffons microfibrés
- Évitez l'usage des produits désinfectants, inutiles à la maison

Conseils

- Préférez les lessives en poudre qui contiennent moins d'agents de surface
- Respectez le dosage recommandé, ne surchargez pas la machine et optez pour un cycle de rinçage long
- Adoucissants, détachants, antibactériens, pré-lavage et lavage à 90° ne sont pas indispensables
- Détachez au savon noir ou de Marseille, vinaigre blanc, jus de citron, eau chaude

Lessives

Certains composés des lessives sont difficilement biodégradables ou peuvent être irritants et allergènes (composés d'isothiazolinone). Savon de Marseille et noix de lavages sont écologiques mais les avis sur l'efficacité et l'impact global de ces dernières varient. Les boules de lavage augmentent l'action mécanique du lavage.



Vaisselle et cuisine

Le lave-vaisselle donne de meilleurs résultats que le lavage à la main, avec un gain de temps et de consommation d'eau. Les produits pour lave-vaisselle sont parfois plus polluants et irritants et peuvent contenir des composés peu biodégradables. Colorants et parfums favorisent les allergies.



Conseils

- Gardez votre réfrigérateur propre, sans salissures et couvrez les produits entamés
- Vaisselle à la main : évitez l'eau chaude qui coule en continu et enlevez les résidus de brûlé au préalable
- Lave-vaisselle : choisissez des tablettes, agent rinçant et sels plutôt que produit 3 en 1 avec un rinçage adapté à la dureté de l'eau (avec l'Ecolabel européen, facile à trouver)
- Évitez les décapants pour les fours, les grills ou l'argenterie



Conseils

- Ne mélangez jamais les produits
- Éviter l'accumulation d'humidité dans la douche et autour pour éviter les moisissures en lavant une fois par semaine
- Évitez l'accumulation de dépôts, nettoyez régulièrement siège et cuvette des WC avec un détergent doux
- Évitez blocs / gels désodorisants qui peuvent causer des allergies et sprays parfumés, facilement inhalés et irritants pour les poumons

Salle de bain et toilettes

Les produits WC vont des plus inoffensifs aux plus corrosifs. Javel et antibactérien sont superflus et leurs effets sur la santé incitent à la prudence. Un produit concentré ne remplacera jamais une bonne hygiène quotidienne avec des produits plus doux mais aussi efficaces.

Sols, tapis, meubles et vitres

Les produits pour meubles permettent une protection optimale mais sont superflus et contiennent des solvants pétrochimiques dangereux pour l'environnement. Les sprays sont à éviter, tout comme les lingettes qui risquent d'exposer la peau à des substances irritantes. Pour les vitres, évitez l'ammoniaque.

Conseils

- Pour les sols carrelés, en linoléum ou PVC, utilisez un aspirateur avec filtre HEPA puis une serpillère ou un balai à franges rincés à l'eau chaude. Si besoin ajoutez savon noir ou détergent doux
- Dépoussiérez les meubles vernis ou agglomérés avec un tissu microfibrés ou un vieux collant
- Pour les surfaces huilées et cirées, ayez le réflexe huile de lin ou cire d'abeille



Conseils

- Ouvrez les fenêtres au moins 10 minutes 2 à 3 fois par jour pour renouveler l'air
- Évitez les aérosols et sprays dont les particules sont plus facilement inhalées
- Si vous utilisez occasionnellement bougies, pots-pourris, huiles essentielles, veillez à aérer les pièces pour faire baisser leur concentration dans l'air
- Pas d'huiles essentielles pendant la grossesse, avant 3 ans, ni pour les personnes asthmatiques et allergiques

Parfums d'intérieur

L'usage d'aérosols, sprays, absorbeurs d'odeurs, encens, papiers désodorisants, pots-pourris ou bougies parfumées est mise en cause dans des allergies et troubles respiratoires. Les sprays et désodorisants dégagent des composés organiques volatils (COV). Les huiles essentielles sont une alternative mais sont concentrées et doivent être maniées avec précaution à cause de risques d'allergies.



Protéger les enfants des substances toxiques

Quel est le problème ?

Faire le « ménage » rime bien souvent avec polluer l'air intérieur: la faute aux nombreuses substances chimiques néfastes pour la santé et l'environnement présentes dans les produits ménagers. Ces substances, dont des parfums, peuvent être cancérigènes, corrosives, irritantes pour la peau ainsi que le système respiratoire et déclencher des allergies. Mélanger certains produits ménagers peut produire des gaz toxiques.

Pourquoi les enfants sont-ils plus vulnérables ?

Les enfants entrent en contact avec les produits ménagers de manière indirecte. Ils marchent à quatre pattes sur les sols lavés, inhalent les composés libérés par les produits et portent les mains à la

bouche. Proportionnellement à leur poids, ils respirent une plus grande quantité d'air, mangent et boivent plus que les adultes. Leurs systèmes nerveux central, immunitaire, reproducteur et digestif sont en cours de développement. Ils sont donc également plus sensibles. L'exposition à des doses infimes de polluants, présents par exemple dans les produits ménagers, peut avoir des effets néfastes sur la santé à long terme, parfois à vie. Des recherches scientifiques ont établi des liens entre exposition à des substances toxiques et cancers de l'enfant ou autres maladies chroniques. En 2018 par exemple, une étude a montré que l'usage de produits ménagers portait atteinte aux fonctions pulmonaires et respiratoires de femmes exerçant une activité de ménage dans le cadre professionnel ou domestique.