



## LE MINI GUIDE SANTÉ DU JOUET

*Rédigé par nos médecins*



## TEST : ÊTES-VOUS PRÊT(E) À DÉTOXIER LE COFFRE À JOUETS DE VOS ENFANTS ?

### 1. Selon vous, les jouets que l'on achète peuvent-ils être pollués ?

- \* Oui
- \* Peut-être
- \* Absolument pas

### 2. Lavez-vous les peluches de vos enfants avant qu'ils ne jouent avec ?

- \* Oui
- \* Parfois
- \* Jamais

### 3. Lorsque vous achetez un jouet, vérifiez-vous son pays d'origine ?

- \* Systématiquement
- \* Quand vous y pensez
- \* Jamais

### 4. Achetez-vous du maquillage pour vos enfants ?

- \* Jamais
- \* Pour certaines occasions, mais c'est rare
- \* Bien sûr, ils en ont toujours dans leur coffre à jouets

### 5. Aérez-vous la chambre de vos enfants ?

- \* Tous les jours
- \* Quand j'y pense
- \* Jamais



## Résultats

Vous avez un max de \*  
**Médaille d'argent**

Vous ne savez pas trop comment éviter de donner des jouets pollués à vos enfants. Dans ce mini-guide, vous trouverez des conseils pour y parvenir.

Vous avez un max de \*  
**Médaille d'or**

Vous savez que les jouets peuvent être source de pollution. Ce mini-guide peut vous donner des astuces pour repérer plus facilement les jouets les plus sains !

Vous avez un max de \*  
**Médaille de bronze**

Parfois, vous préférez ne pas savoir... Pourtant, il peut être utile d'y voir plus clair pour protéger vos enfants ! Ce petit guide vous donne des pistes pour y parvenir.

## LES JOUETS PEUVENT-ILS ÊTRE POLLUÉS ?

On ne s'en rend pas toujours compte, mais des polluants peuvent se cacher dans les jouets destinés à nos enfants : retardateurs de flammes et allergènes dans les peluches; phtalates et bisphénol A dans les jouets en plastique; formaldéhyde dans les jouets en bois et métaux lourds dans les peintures et les feutres ! Sur le court terme, ces substances peuvent causer irritations et allergies pour les plus sensibles. Mais sur le long terme, elles pourraient avoir d'autres conséquences.

Or, si, en plus de passer des heures à chercher la poupée « Reine des glaces version robe de soirée », vous devez vous assurer qu'elle est bien sans danger pour la santé... vous aurez fini vos courses de Noël en juin. C'est pourquoi les médecins de l'ASEF vous proposent quelques éclaircissements et conseils pour éviter un maximum de polluants sans pour autant devenir dingue.



Vous pouvez demander la composition d'un jouet par écrit au magasin le commercialisant. La réglementation européenne REACH lui impose de vous renseigner dans un délai de 45 jours sur la présence éventuelle de certaines substances chimiques.



Pensez à bien aérer la chambre de votre enfant au moins 15 minutes par jour, été comme hiver.

## LES CONSEILS DE NOS MÉDECINS

### DES SUBSTANCES DANGEREUSES DANS LES JOUETS ?

Aussi surprenant que cela puisse paraître, les jouets de nos enfants peuvent cacher des substances reconnues comme perturbateurs hormonaux, des allergisants et des cancérigènes. Bien entendu, tout cela est à relativiser. Les effets de ces polluants seraient plus ou moins importants selon, entre autres, le profil génétique de l'enfant, mais aussi sa durée d'exposition et la dose à laquelle il a été exposé. De plus, les jouets ne représentent qu'une partie de l'apport en polluants. Gardez en tête que, même



lorsque vous les amenez jouer au parc, vos petits respirent tout un tas de polluants reconnus comme cancérigènes. Si cela ne doit pas nous empêcher d'ouvrir grand les yeux, ce n'est pas une raison pour culpabiliser si vous cédez aux sirènes de la reine à la robe bleue irisé.

### DIFFICILE DE SE FIER À QUOI QUE CE SOIT

Dans le cas des jouets, impossible de trier en fonction de la composition. En effet, les fabricants ne sont pas obligés de noter la composition de leur produit. Vous pensez vous fier aux labels ? Malheureusement, pour l'instant, il n'existe pas d'écocertification européenne spécifique aux jouets. Il vous faudra vous contenter des labels «Spiel Gut», qui garantit l'absence de substances toxiques, ou «Öko-Test», qui note les produits en fonction de leur danger pour l'environnement et la santé.



### CHOISIR DES MATÉRIAUX SÛRS

Alors comment faire pour jouer mieux ?

- **Privilégiez les jouets fait en France.** Ainsi vous serez sûrs qu'ils répondent déjà aux standards de qualité européens et qu'ils n'ont pas été fait par des enfants de l'âge du vôtre.
- **Pour les jeux en bois,** optez pour du bois brut et non vernis.
- **Pour ceux en plastique,** privilégiez la mention «sans PVC» ou «sans phtalates».
- **Pour les poupées et peluches,** pensez à les laver avant utilisation et préférez des produits en fibres naturelles ou « Bio ».
- **Dites stop au maquillage pour enfant,** qui peut contenir des taux importants de plomb.
- Enfin vous pouvez **opter pour des jouets d'occasion.** Ils émettent moins (voire plus du tout) de polluants.



Tous les conseils de ce mini-guide sont élaborés par nos médecins en fonction des études scientifiques et médicales publiées sur le sujet. Vous pouvez retrouver l'intégralité de nos références sur notre site [www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr). Document réalisé sous la direction des Drs Pierre Souvet et Patrice Halimi, rédigé et mis en page par Ludvine Ferrer. @Fotolia. © ASEF - Tous droits réservés - Février 2017.



Retrouvez notre collection de  
« Petits guides santé »



sur



[www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr)



AVEC LE  
SOUTIEN DE

