



# LE PETIT GUIDE SANTÉ DE LA BEAUTÉ

Rédigé par nos professionnels de santé



# RENCONTRE AVEC DR FABIENNE GARÇON, DERMATOLOGUE



Nous sommes partis à la rencontre du docteur Fabienne Garçon, dermatologue, au sujet des perturbateurs endocriniens.

## QUE RÉPONDEZ-VOUS AUX PATIENTS INQUIETS ?

Les études montrent peu d'influence des perturbateurs endocriniens dans les cosmétiques comparés à ceux absorbés par les voies orale, digestive et respiratoire. Hormis lorsqu'il y a des applications étendues sur une peau sèche, ou avec de l'eczéma, du psoriasis etc... La peau lésée laisse passer plus de perturbateurs endocriniens. La femme enceinte doit être particulièrement vigilante (en raison du risque de transmission au fœtus), d'autant plus si les produits utilisés ne sont pas rincés. Idem pour les enfants qui ont une peau plus perméable : le maquillage pour les fêtes est donc à éviter !

## LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ SONT-ILS SUFFISAMMENT INFORMÉS ?

Pour le moment, le module de santé environnementale n'est malheureusement pas encore enseigné dans toutes les facultés. Certains professionnels sont impliqués et se forment seul (cancérologues, gynécologues sages-femmes ...) Des diplômes universitaires sont malgré tout enseignés dans certaines villes (Nice, Montpellier, Bordeaux...). On remarque que les praticiens s'impliquent d'autant plus pour informer la femme enceinte des dangers des perturbateurs endocriniens quels qu'ils soient, y compris ceux contenus dans les cosmétiques, pour la santé du futur enfant.

**PRENEZ SOIN DE LA SANTÉ DE  
VOTRE ENFANT**

## SOMMAIRE

La face cachée de nos cosmétiques... p 4

Miroir, dis-moi qui est la plus belle... ou le plus beau p 6

Passe-moi la brosse ! p 8

Mets-moi au parfum... p 10

Passe-moi la crème ! p 12

Rends-moi encore plus belle... ou plus beau p 14

Bibliographie p 15

*« Le maquillage existerait depuis plus de 5 000 ans avant J.C. Crèmes et laits hydratants, gels douche, anti-transpirants, parfums, vernis à ongles...Au fil des ans, les cosmétiques sont devenus de plus en plus nombreux, et leur composition de plus en plus sophistiquée et dangereuse pour l'environnement, mais aussi pour notre santé : présence d'allergisants, de perturbateurs hormonaux et parfois de substances cancérigènes ! Dans ce petit guide, nous vous proposons des conseils qui, nous l'espérons, devraient pouvoir vous orienter vers les bons choix.»*

Dr Sonia VERGNE  
Pharmacienne et membre de l'ASEF

Pour plus d'infos...



Retrouvez-nous sur Twitter: @Dr\_ASEF



sur Facebook: [www.facebook.com/pages/  
Association-Santé-Environnement-France](http://www.facebook.com/pages/Association-Santé-Environnement-France)

## LA FACE CACHÉE DE NOS COSMÉTIQUES...

L'étude Notoe a passé au peigne fin 15 000 produits de beauté et d'hygiène. Parmi les produits contenant le plus de substances toxiques : vernis à ongles, le fond de teint, et le make-up pour les yeux.

On ne peut plus s'en passer et pourtant nos cosmétiques ne sont pas aussi inoffensifs qu'ils en ont l'air ! D'après une étude menée par l'Institut Notoe, 40% des produits de beauté contiennent au moins un perturbateur endocrinien, substance toxique pour nos hormones (stérilité, diabète, obésité, trouble du spectre autistique, acquisition retardée du langage, malformation des organes génitaux externes). Alors que faire ? Rassurez-vous, cette même étude a révélé que 98% des produits écolabellisés seraient eux sans aucun danger... Voici quelques conseils détaillés pour faire le ménage dans sa salle de bain !

### NOUS VEULENT-ILS VRAIMENT DU BIEN ?

Commençons par les polluants les plus connus : les parabènes. Ces familles de conservateurs sont utilisées dans la plupart des cosmétiques non « Bio » comme les crèmes hydratantes, les déodorants ou encore les mousses à raser. Ces substances sont pourtant suspectées de provoquer des allergies cutanées et de perturber notre système hormonal. Mais les parabènes ne sont pas les seuls. On peut aussi trouver dans le dentifrice du triclosan (antibactérien), perturbateur endocrinien ; dans les déodorants de l'aluminium, neurotoxique ou encore

dans les rouges à lèvres, du plomb, lui aussi neurotoxique et des huiles minérales cancérigènes.

### PARCE QUE VOUS LE DOSEZ BIEN ?

Certes, les doses sont souvent faibles, mais les effets de ces pollutions sont variables suivant, le profil génétique, le type de produits, l'âge, le sexe, la fréquence ou la durée de l'exposition. Un homme de cinquante ans, une femme enceinte et une fillette de six mois ne seront évidemment pas impactés de la même façon par la même dose de polluant aussi infime soit elle.

	<b>INCI Beauty :</b> cosmétiques
	<b>Clean Beauty :</b> cosmétiques
	<b>QuelCosmetic :</b> cosmétiques
	<b>Yuka :</b> alimentaire & cosmétiques

### PEUT-ON FAIRE LA PEAU AUX POLLUANTS ?

Plusieurs possibilités pour s'en préserver. Vous pouvez lire les étiquettes, mais cela prend un peu de temps et demande quelques connaissances en chimie... Alors si vous n'avez ni l'un, ni l'autre, vous pouvez vous fier aux cosmétiques portant un écolabel certifié. (cf encadré ci-dessous) ou téléchargez les applications pour smartphones (cf encadré page 4).

### TABLEAU LABELS CERTIFIES

Logos	Origine	Produits issus de l'agriculture biologique
		100% des ingrédients végétaux
		95% des ingrédients végétaux
		50% des ingrédients végétaux
		95% des ingrédients végétaux
		95% des ingrédients végétaux
		50% des ingrédients végétaux
		95% des ingrédients végétaux
		95% des ingrédients végétaux

Ils vous garantissent que les ingrédients qui les composent sont d'origine naturelle ou issus de l'agriculture « Bio ». De plus, ils ne comportent pas d'OGM, de nanoparticules ou encore d'ingrédients issus de la pétrochimie. Les mentions « sans » (comme « sans parabène » ou « sans parfum ») ont été interdites depuis juillet 2019. Mais, on les trouve encore sur certains anciens flacons

ou sur les sites internet de petites marques qui ne se sont pas encore mises à jour.

### BÉBÉ : MODE D'EMPLOI !

Une étude menée par l'association WECF a mis en lumière que la majorité des produits d'hygiène pour bébés contenaient des substances toxiques. Shampoings, lotions, laits nettoyants, lingettes : aucun cosmétique n'est épargné. En ligne de mire : les conservateurs, tels que les MIT et le phénoxyethanol. Notamment présents dans les lingettes, ces substances allergisantes sont suspectées d'être des perturbateurs endocriniens. Pour nettoyer les fesses de bébé, optez donc pour du liniment oléo-calcaire composé d'huile d'olive et d'eau de chaux. D'une façon générale, pensez aux produits écolabellisés qui certifient l'absence de toxiques pour la toilette de bébé.



Pour les plus courageuses, vous pouvez réaliser vos propres cosmétiques faits maison !

## MIROIR, DIS-MOI QUI EST LA PLUS BELLE... OU LE PLUS BEAU !



Trois quarts des femmes utilisent des produits de beauté pour soigner leur apparence et deux tiers d'entre elles estiment que cela leur permet de se sentir mieux dans leur peau.

Les femmes passeraient presque un an à se maquiller au cours de leur vie. Et elles ne sont plus les seules... Plus de 10% des hommes feraient de même ! Mais, s'il est tendance de se tartiner de soins anti-imperfections et de rouges à lèvres, tous plus miraculeux les uns que les autres, cela peut aussi s'avérer dangereux. Alors voici quelques astuces pour une trousse à maquillage détoxifiée.

### DE L'AUTRE CÔTÉ DU PACKAGING...

De la crème de jour au mascara, en passant par le vernis à ongles, on sait aujourd'hui que la plupart de nos cosmétiques classiques peuvent contenir de nombreuses substances chimiques susceptibles de perturber notre système hormonal. En effet, depuis des années, diverses études ont attiré l'attention sur les fameux perturbateurs endocriniens qui peuvent s'y cacher. Alors pour ne prendre aucun risque, nous vous conseillons de vous fier aux écolabels.

### LE BAISER PLOMBÉ

Si vous êtes une grande adepte des lipsticks et autres brillants à lèvres, prenez-garde ! En effet, cet incontournable de notre trousse de toilette peut contenir des cires et huiles minérales et des (traces de) métaux lourds : plomb, cadmium, chrome et aluminium. Un danger pour notre santé puisque ces substances sont considérées comme cancérigènes et néfastes pour le système nerveux. Le plomb peut par exemple entraîner des troubles mentaux, des retards d'apprentissage, des fausses couches ou encore une baisse de la fertilité. Il traverse facilement la barrière placentaire, ce qui le rend très dangereux pour les femmes enceintes qui peuvent y être exposées. En effet, des scientifiques ont estimé que chaque jour une femme se colore les lèvres 2,35 fois et ingère ainsi, 24 milligrammes de rouge à lèvres. Attention, les rouges à lèvres «Bio» ne sont pas toujours exempts de traces de métaux lourds (les pigments naturels sont extraits des sols où ils sont naturellement présents).

### TOXIQUE JUSQU'AU BOUT DES ONGLES

Les vernis à ongles font partie des cosmétiques les plus à risque. La grande majorité d'entre eux contiennent des perturbateurs endocriniens et du formaldéhyde, classé comme cancérigène certain. On peut y être exposés via les ongles qui laissent passer ces éléments toxiques dans notre organisme. Mais aussi par nos voies respiratoires lors de l'application du vernis. Pour éviter de prendre des risques : optez pour le label « Four free » (ou plus), qui garantit l'absence des quatre substances les plus dangereuses. Attention, un vernis « 7 free » peut contenir par exemple du benzophenone, un filtre UV perturbateur endocrinien suspecté ! Quoi qu'il arrive, évitez les vernis vendus sur les marchés ou dans les braderies, ce seraient les plus pollués !

#### CONSEIL EN PLUS :

ÉVITER LE MAQUILLAGE PENDANT LA GROSSESSE  
ET SURTOUT LE VERNIS ET LE ROUGE À LÈVRES !



Les quatre substances les plus dangereuses dans les vernis sont : les phtalates, le formaldéhyde, le toluène et le camphre synthétique.

### LA GUERRE DES BOUTONS

L'acné si elle est souvent l'apanage des adolescents peut aussi survenir plus tard dans la vie... Dans tous les cas, on ne l'accueille jamais avec joie et on est souvent prêt à tout pour s'en débarrasser ! Traitements locaux et antibiotiques, ils existent plusieurs méthodes pour lutter contre ces boutons. Mais à quel prix ? Certains d'entre eux peuvent provoquer une sécheresse de la peau, des lèvres, des muqueuses voire pire encore. L'isotrétinoïne, molécule efficace contre les acnés sévères, présente des effets secondaires importants, tels que des risques suicidaires ou des cas de malformations du fœtus si une grossesse survient pendant le traitement ! Parlez-en avec votre dermatologue qui vous conseillera un traitement adapté.

## PASSE-MOI LA BROSSE !

Et maintenant, place aux cheveux ! Eux aussi peuvent être exposés à des substances nocives. Voici donc quelques conseils qui sont tout, sauf tractocapillaires...

### DES ÉTIQUETTES DE SHAMPOINGS QUI PIQUENT LES YEUX !

Perturbateurs endocriniens, irritants et allergènes se glissent aussi dans nos produits capillaires. Parmi eux : les alkyphénols et le Sodium Lauryl Sulfate (SLS). Tandis que les premiers peuvent avoir une action néfaste sur les hormones et les organes reproducteurs, les seconds fragilisent le cuir chevelu et provoquent irritations et démangeaisons. Pour les éviter, il n'y a pas d'autre choix que d'éplucher les étiquettes ou de consulter les applications beauté disponibles pour smartphones (cf encadré page 4).

### Y'A QU'UN CHEVEU...

Certains traitements anti-chute de cheveux peuvent avoir des effets nocifs sur la fertilité et le développement de l'embryon. En effet, ils sont suspectés de bloquer l'action de la testostérone, qui favorise la calvitie chez les hommes. Certains produits peuvent ainsi avoir des effets secondaires : baisse de la libido, troubles de l'érection, voire de l'infertilité. Néanmoins, l'Agence Française du Médicament a affirmé que ces désagréments sont réversibles à l'arrêt du traitement.



Pour en savoir plus, découvrez notre « Petit guide santé de la Fertilité » sur [www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr).



D'après une étude menée par une association de consommateurs, la plupart des colorants professionnels exposent aux mêmes risques que les teintures grand public.

## SE COLORER SANS PRISE DE TÊTE

Certaines colorations incluent jusqu'à dix-sept molécules indésirables. Parmi lesquelles, la célèbre ammoniaque, fortement irritante. Mais ce n'est pas tout ! Les colorations peuvent aussi contenir du PPD (paraphénylène diamine), lui aussi redoutablement irritant et allergisant. Mais pour l'instant la réglementation ne les interdit pas dans nos cosmétiques. Alors, prenez garde à la liste des ingrédients de vos produits anti-cheveux blancs ou optez pour les colorations au henné 100% naturel. Parlez-en avec votre coiffeur.

### SAVEZ-VOUS CHERCHER LES POUX ?

En prévention, appliquez 2 gouttes d'huile essentielle de Lavandin Super diluées dans une huile végétale, dans la nuque. En traitement, optez pour l'huile de coco qui va asphyxier le pou, en masque, toute une nuit. Passez ensuite l'indispensable peigne anti-poux. Renouvelez l'opération 10 jours après. Pensez à décontaminer les objets qui ont été en contact (oreiller, doudou, bonnet, brosse...) par un lavage à 60 °C, au sèche-linge à forte chaleur ou par la mise en sac plastique clos durant environ 15 jours pour éliminer les lentes. Comme autre traitement, la diméticone (dérivé siliconé) a prouvé son efficacité par asphyxie des poux et présente peu d'effets indésirables.

## LA LAQUE, ON LA PLAQUE !

Les laques pour cheveux contiennent généralement des phtalates, reconnus comme perturbateurs endocriniens. Les femmes enceintes qui y sont exposées, comme c'est le cas des coiffeuses, ont plus de chance de donner naissance à un petit garçon souffrant d'hypospadias, une anomalie du pénis. Si vous utilisez de la laque, faites-le à l'extérieur ou ventilez la pièce dans laquelle vous l'appliquez, pendant quelques minutes.



Certains anti-poux renferment des pesticides comme le malathion et la perméthrine suspectés d'être neurotoxiques.

## METS-MOI AU PARFUM...

*Une étude portant sur 437 femmes atteintes d'un cancer du sein a montré que celles qui n'avaient jamais utilisé de déodorant, ni d'anti-transpirant, avaient un âge moyen de survenue du cancer du sein de 67 ans, contre 59 ans pour celles qui en avaient largement utilisé au cours de leur vie.*

Vous êtes maintenant maquillé(e) et coiffé(e), il ne reste plus qu'à vous parfumer et éventuellement vous désodoriser ! Mais, là encore, mieux vaut ouvrir l'œil. Voici quelques astuces pour sentir bon en toute sécurité.

### DÉOS ET DÉBATS...

Commençons par l'incontournable déodorant. En spray, à bille ou en crème, il y en a pour tous les goûts. Mais attention, certains contiennent des substances qui n'ont pas très bonne réputation, au rang desquelles : les sels d'aluminium et les parabènes. En effet, de nombreuses études les impliquent dans des cas de cancers du sein. Mais comment les éviter ? D'abord, bannissez les anti-transpirants. Ils bloquent la sudation, phénomène naturel permettant de réguler la température de notre corps et favorisant l'élimination des toxines. Préférez donc les déodorants qui ont, eux, pour mission de masquer les odeurs. Choisissez-les en sticks plutôt qu'en aérosols, ces derniers pouvant irriter vos bronches. Du côté de la

composition, fuyez les parabènes, le triclosan et les sels d'aluminium. Encore une fois, pour faire simple, fiez-vous aux labels biologiques et écologiques ! Votre corps aura besoin d'une à deux semaines pour réguler la transpiration et les odeurs.

### LA PIERRE D'ALUN : AU GRAND DAM DU DÉO ?

Très tendance ces dernières années, la pierre d'Alun permet d'éviter la prolifération des bactéries responsables des mauvaises odeurs. Cependant, cette pierre contient des sels d'aluminium. Sur le marché, on trouve de la pierre d'alun naturelle et de la pierre d'Alun synthétique. Bien qu'à priori, la naturelle ne pénètre pas dans l'épiderme comme le fait l'industrielle, mieux vaut rester prudent, car à ce jour aucune étude n'a montré son innocuité ou sa toxicité...

## LE PARFUM : LOIN D'ÊTRE EN ODEUR DE SAINTETÉ

Les parfums ? Ils évoquent les fleurs, les flacons luxueux, la beauté... Pourtant, ils sont le plus souvent fabriqués à partir de produits chimiques. Une étude a montré que des fragrances vendues dans le commerce contenaient en moyenne dix substances connues pour leur potentiel allergisant (asthme, maux de tête, etc.) et quatre perturbateurs hormonaux (dont le BHT et le BHA, phtalates). Plus grave encore, elle a révélé que les fabricants ne mentionnaient pas l'intégralité des composés qu'ils utilisent ! Si vous souhaitez conserver votre parfum favori, pensez à l'appliquer par petites doses sur vos vêtements et non à même la peau et ce, dans un endroit bien aéré. De plus, privilégiez les eaux de toilettes aux eaux de parfums, car elles contiennent moins de substances chimiques. Dans tous les cas, ne parfumez pas vos enfants, ils sont plus fragiles et les molécules chimiques passent plus facilement dans leur organisme. Évitez d'en mettre enceinte ou si vous cotoyez un bébé.

## EFFLUVES D'HÔPITAL ?

Vendu comme « le » produit à avoir toujours sur soi, les gels antibactériens peuvent être pratiques pour se désinfecter les mains sans eau, ni savon, notamment à l'hôpital. Mais sont-ils sans risque pour notre santé ? Certains contiennent du triclosan, un antibactérien qu'on retrouve aussi dans les dentifrices. Soupçonné de perturber nos hormones, il est aussi accusé de favoriser les résistances aux antibiotiques, les allergies, et d'engendrer des troubles musculaires et cardiaques. Autres ingrédients nocifs : les éthers de glycol qui ont la particularité d'être irritants, neurotoxiques et perturbateurs hormonaux. Vous l'aurez compris, les gels antibactériens doivent être utilisés de façon exceptionnelle. Pour se laver les mains en toute sécurité, rien ne vaut la bonne vieille méthode : de l'eau et du savon.



*Une étude a démontré que la teneur en aluminium chez des patientes atteintes de cancer du sein était plus importante dans les tissus proches de l'aisselle.*

## PASSE-MOI LA CRÈME !

*Pour savoir si vos lunettes respectent la réglementation européenne, assurez-vous qu'elles portent les sigles « CE » sur l'une des branches ou sur l'emballage.*

Pour l'été, n'oubliez pas de prendre votre supplément de crème ! Si nous attendons avec impatience le soleil et la chaleur, il est indispensable de bien s'en protéger pour pouvoir en profiter en toute sécurité.

### SOLEIL, SORTEZ COUVERTS !

Avant de prendre un bain de soleil, n'oubliez pas de mettre des lunettes, un chapeau, un tee-shirt, et une crème solaire, mais pas n'importe laquelle (voir ci-après). Il est également recommandé d'éviter de vous exposer entre 11h et 16h l'été. Au ski, pensez aussi à vous protéger, vous et vos enfants !

### LE TUBE DE L'ÉTÉ : SEA, CREAM AND SUN

La crème solaire, elle part avec nous en vacances, mais savons-vous vraiment qui elle est ? Si elle prévient des risques de cancer et pourrait même ralentir le vieillissement de la peau, certaines d'entre elles peuvent contenir des substances douteuses soupçonnées de perturber nos hormones et accusées de causer d'importants dégâts environnementaux.

Pour faire le bon choix, vérifiez donc qu'il n'y ait ni filtres chimiques, ni parabènes, ni nanoparticules (Fuyez la mention [NANO], les fabricants sont obligés de mentionner leur présence). Il est recommandé de ne pas utiliser les crèmes solaires sur une peau lésée (peau fraîchement épilée ou rasée) ou sur les coups de soleil. Ni les sprays pour celles contenant du dioxyde de titane.

### CABINE UV : BOÎTE À CANCER ?

Vous voulez faire croire que vous revenez des Maldives ? Oubliez la séance UV ! Aujourd'hui, les scientifiques ne laissent pas de place au doute. Les cabines UV augmentent bien le risque de cancers de la peau – comme le mélanome. En effet, en 40 ans seulement, l'incidence de celui-ci a été multipliée par huit chez les jeunes femmes et cela s'expliquerait par un usage accru de ces appareils. Chaque année en France, on diagnostique près de 10 000 nouveaux cas et près de 15% des patients atteints ne s'en sortent pas. Vous l'aurez compris, pour votre santé, oubliez à jamais les séances UV !

TABLEAU EXPLICATIF DES PRODUITS COSMÉTIQUES

Produits Cosmétiques	Composants à risques	Effets sur la santé
Colorations capillaires	Triclosan	Perturbateur Endocrinien (PE)
Crèmes hydratantes	Parabènes, cyclopentasiloxane, méthoxycinnamate, Phénoxyethanol	PE, allergènes, hépatotoxique
Dentifrices	Sodium Lauryl Sulfate, Parabènes, Triclosan, dioxyde de titane	Irritant, PE,
Déodorants	Benzophénone, parabènes, phénoxyethanol, triclosan	PE, allergènes, hépatotoxiques
Eaux de toilette, parfums	Méthoxycinnamate, phtalates	PE
Filtres UV, crèmes solaires	Benzophénone, parabènes, méthoxycinnamate, octocrylene, homosalate, dioxyde de titane	PE, allergènes
Fonds de teints	Parabènes, cyclopentasiloxane, méthoxycinnamate, phénoxyethanol	PE, hépatotoxiques
Gels douche	Sodium Lauryl Sulfate Parabènes	Irritant, PE
Laits corporels	Parabènes, cyclopentasiloxane, phénoxyethanol	PE, allergènes hépatotoxiques, hématotoxique
Lingettes & lingettes bébé	PEG, Phénoxyethanol	Allergène hépatotoxique, hématotoxique

## RENDS-MOI ENCORE PLUS BELLE...OU PLUS BEAU !

Pour finir, nous vous avons réservé un point sur les plans beauté tendances, mais à éviter...

### MAQUILLÉE FOREVER

Pour gagner du temps le matin, certaines optent pour le maquillage permanent. Ce tatouage destiné à colorer certaines parties du visage (sourcils, lèvres, paupières) dure entre deux et trois ans. Non sans risque pour la santé, il nous expose à des substances chimiques pouvant facilement pénétrer dans notre organisme. Il s'agit notamment des colorants et des composants métalliques présents dans certaines encres (en particulier le rouge et le noir). A noter que les tatouages fluorescents, cancérogènes, sont interdits en France.

PLUS UN TATOUAGE EST ÉTENDU, PLUS IL EST RISQUÉ

### HENNÉ : FAUX ET USAGE DE FAUX

Souvent utilisé l'été, le tatouage au henné est sans risque lorsqu'il est 100% naturel. Indolore, il peut durer jusqu'à 3 semaines. Mais, prenez tout de même garde... Certains tatoueurs rajoutent au henné de la paraphénylène diamine (PPD) qui donne du « henné noir ». Une substance interdite dans de nombreux cosmétiques puisqu'elle peut provoquer des allergies définitives et de l'eczéma. Un henné doit être marron orangé. Demandez la composition du produit et exigez du tatoueur qu'il prépare

le mélange devant vous. Et ne jamais en mettre sur l'enfant en raison du risque de destruction des globules rouges (hémolyse).

### LE FISH & FEET

Très tendance ces dernières années, la fish pédicure n'est pas sans danger ! Entre infections bactériennes et qualité de l'eau, de nombreuses questions se posent... En effet, pour que les poissons puissent vivre, impossible de désinfecter l'eau. Résultat : des infections bactériennes, surtout chez les personnes sensibles, telles que les diabétiques, les immunodéprimés et les personnes ayant des lésions cutanées sur les pieds. Alors, on évite !



*Selon la tradition du mariage oriental, la cérémonie du henné fait passer la jeune femme du statut de fiancée à celle de jeune mariée.*

## BIBLIOGRAPHIE

Tous les conseils de ce petit guide sont élaborés par nos médecins en fonction des études scientifiques et médicales publiées sur le sujet. En voici quelques unes. Vous pouvez retrouver l'intégralité sur notre site [www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr).

Dr Bartaire P, Les perturbateurs endocriniens et leurs conséquences, Réalités thérapeutiques en dermato vénérologie, Février 2019

Dr Amsler, Réalités thérapeutiques en dermato vénérologie, numéro 274 - septembre 2018

Que Choisir pratique «Le guide des cosmétiques – 171 références décryptées», numéro 120, juin 2019

Dr Claudel, Hygiène du nouveau-né, Dermato mag, mars 2016

Dr Le Maitre, «Naissance et vie d'un produit cosmétique», Dermato mag, mars 2016

Syndicat national des dermatologues, «Risques des tatouages», Janvier 2013

« Un âge plus précoce du diagnostic de cancer du sein lié à une utilisation plus fréquente d'antisudorifiques / déodorants et au rasage des aisselles », McGrath KG 1 Eur J Cancer Prev. 2003 déc; 12 (6): 479-85.

### L'ALUMINIUM

\* Exley C., et al., Aluminium in human breast tissue, J Inorg Biochem, 2007 Sep;101(9):1344-6.

\* Bertelsen RJ., et al., Triclosan exposure and allergic sensitization in Norwegian children. Allergy. 2012 Nov 12.

DIRECTION DE LA PUBLICATION  
Dr Pierre Souvet et Dr Jean Lefèvre

REDACTION ET MISE EN PAGE  
Nastassja Wielgus

Avec l'aide du Dr Fabienne Garçon et d'Eleni Graviere, Chimiste, Spécialiste en santé environnement  
@Fotolia

© ASEF - Tous droits réservés -  
FEVRIER 2020





PLUS D'INFOS SUR  
[WWW.ASEF-ASSO.FR](http://WWW.ASEF-ASSO.FR)

AVEC LE SOUTIEN DE :



[WWW.RAINETT.FR](http://WWW.RAINETT.FR)

 **GENERALI**

[WWW.GENERATION-RESPONSABLE.COM](http://WWW.GENERATION-RESPONSABLE.COM)

 **Nutergia**  
LABORATOIRE

[WWW.NUTERGIA.COM](http://WWW.NUTERGIA.COM)