



COSMÉTIQUES :
SACHEZ LIRE LEU

La beauté n'a pas de prix et les Français sont de plus en plus nombreux à craquer pour ces produits aux pouvoirs « anti-âge ». Ce n'est pas une raison pour oublier que les substances chimiques qui les composent peuvent être dangereuses.

Cheveux, jambes, peau, visage... Pas un endroit du corps humain n'échappe aujourd'hui à la vague cosmétique ! Il suffit de voir la taille des rayons beauté dans les supermarchés pour saisir l'ampleur du phénomène. Les marques rivalisent de produits aux pouvoirs étonnants : crèmes amincissantes, rajeunissantes, gels raffermissants, laits hydratants, shampooings sublimateurs... Si leurs propriétés semblent alléchantes, que savons-nous vraiment de la composition des cosmétiques ? Présentent-ils certains aspects dangereux pour le consommateur ?

En ce qui concerne les produits capillaires représentant 17% du marché des cosmétiques, l'*aqua*, ou eau, arrive en tête de la liste des ingrédients nécessaires à leur fabrication. D'après Rita Stiens, auteur du livre *La Vérité sur les cosmétiques*¹, le produit « mérite un bonus si la mention *aqua* est suivie de *ricinus communis* (huile de ricin) ou *glycérine*, *persea gratissima* (huile d'avocat), *cera alba*, *sodium stéarate* ou *triglycérides capric*. Au contraire, il mérite un malus lorsque figurent les mentions *paraffinum liquidum*, *petrolatum*, *ozokerite*, *cera microcristallina* ou *hydrogenated polyisobutene* ». L'auteur précise, en outre, que les premiers ingrédients mentionnés constituent en fait 90% du produit et déterminent

ses performances. Ce chiffre renseigne sur l'importance de savoir décrypter une étiquette !

Des composants souvent nocifs

Présent dans la plupart des cosmétiques, le parfum est l'un des allergènes les plus connus des dermatologues. La proportion d'eczémas, de rougeurs et d'urticaires, serait passée de 5% à 11% en une dizaine d'années ! Depuis mars 2005, vingt-six substances odorantes doivent être signalées sur l'emballage et le récipient, en raison de leur fort pouvoir allergisant. Treize substances² en particulier sont susceptibles de provoquer des désagréments. Du côté des conservateurs, une polémique a récemment éclaté à propos des parabens (ou conservateurs), des esters de l'acide parahydroxybenzoïque utilisés pour prévenir le développement des bactéries et des champignons. Le docteur Philippa Darbre, de l'université de Reading en Angleterre, a découvert³ dans certains tissus mammaires cancéreux des traces de parabens. L'Agence française de sécurité sanitaire des pro-



ÉTIQUETTES DES MENTIONS OBLIGATOIRES

Comme pour tout produit de consommation, les fabricants de cosmétiques sont soumis à des obligations légales en matière d'étiquetage. Selon l'article R.5131-4 du code de la santé publique, le récipient et l'emballage doivent indiquer :

- le nom ou la raison sociale et les coordonnées du fabricant,
- le pays d'origine si le produit est fabriqué hors de la Communauté européenne,
- le contenu en masse ou en volume,
- la date de durabilité minimum,
- les précautions d'emploi,
- le numéro de lot de fabrication,
- la fonction du produit,
- la liste des ingrédients dans l'ordre décroissant de leur importance.

duits de santé (Afssaps) a procédé à une évaluation de ce risque. Elle s'est prononcée favorablement sur l'utilisation de deux des cinq parabens les plus courants : le méthyl et ▶▶

RS ÉTIQUETTES !



FABRICATION DE CRÈME ANTIRIDE.

►► l'éthylparaben. Pour les autres, elle a incité la Commission européenne à les retirer de la liste des conservateurs utilisables.

Autres ingrédients à problème, les phtalates, servant de solvant ou dénaturant, sont contrôlés par l'Afssaps depuis plusieurs années. Leurs effets hépatocancérigènes sont mis en cause à tel point que les phtalates DBP et le DEHP ont récemment été interdits par la réglementation française (arrêté du 5 janvier 2005).

En plus de ces composants, communs à beaucoup de cosmétiques, il existe aussi des familles de produits capillaires qui font l'objet d'une surveillance constante de la Commission de sécurité des consommateurs (CSC), de l'Institut national de la consommation (INC) et de l'Union fédérale des consommateurs - Que Choisir.

N'abusez pas des teintures !

La CSC met particulièrement l'accent sur les produits de teintures et de décolorations. Or, en France, ce ne sont pas moins de 225 000 produits de coloration capillaire qui sont vendus quotidiennement ! Irritation, sensibilisation, pouvoir mutagène ou cancérogène, les teintures permanentes pour cheveux contiennent beaucoup de substances douteuses. Tout d'abord, la base colorante est alcaline avec un pH compris entre 9 et 11 ce qui la rend très irritante. Elle contient, soit de l'ammoniaque, limitée à 6% de concentration, soit de l'éthanolamine (dérivé de l'alcool éthy-

ATTENTION À LA DATE !

Depuis le 11 mars 2005, un nouveau symbole est apparu sur les emballages et les récipients des cosmétiques illustré par un pot ouvert dans lequel figure un chiffre suivi de la lettre « M ». Ce logo indique la date limite d'utilisation après ouverture (DLUO), exprimée en mois. À titre d'exemple, « 12 M » signifie 12 mois. Cependant, prenez soin de noter sur le cosmétique la date à laquelle vous l'ouvrez pour la première fois, afin de vous y retrouver.

lique). Toutefois, il est prouvé que cette dernière substance peut émettre des nitrosamines (substances classées cancérogènes par l'Organisation mondiale de la santé). L'eau oxygénée (12% maximum dans le révélateur), elle, est moins irritante, mais est susceptible de provoquer des effets mutagènes, en tout cas chez la bactérie.

Quant aux allergies et dermatoses pro-

voquées par les teintures, elles sont de plus en plus fréquentes, qu'elles soient appliquées par un professionnel ou non. En 2004, l'épidémiologiste américain Garth H. Rauscher a constaté un risque de leucémie aiguë⁴ chez les femmes se teignant les cheveux depuis au moins 15 ans et une hausse de ce risque si elles le font plus de six fois par an !

Il n'est donc pas inutile de rappeler que les teintures capillaires, comme les cosmétiques, doivent faire l'objet d'un contrôle attentif de la part de leurs utilisatrices. ■ ANNE LEFÈVRE-BALLEYDIER

¹Rita Stiens, La Vérité sur les cosmétiques, Éditions Leduc.s, 2005, 320 pages.

²Amyl cinnamal, amylcinnamyl alcohol, benzyl alcohol, benzyl salicylate, cinnamal, cinnamyl alcohol, citral, coumarin, eugenol, geraniol, hydroxymethylpentyl-cyclohexenecarboxaldehyde, hydroxycitronellal, isoeugenol.

³Étude publiée dans Journal of Applied Toxicology 24, pp. 5-13, janvier-février 2004.

⁴Article publié dans American Journal of Epidemiology 160, pp. 19-25, juillet 2004.



COSMÉTIQUES BIO : FIEZ-VOUS AUX LABELS



Huiles essentielles à la lavande, déodorant en pierre d'alun, savons à la rose... De plus en plus, les cosmétiques qui affichent sur leurs emballages le terme « bio », remportent un joli succès auprès des consommateurs. Pour une réelle garantie, optez pour ceux qui y ajoutent l'un de ces quatre labels : Ecocert, Qualité France (organismes

certificateurs agréés par l'État), Nature et progrès (association de professionnels et de consommateurs bio reconnue également par l'État) ou BDIH (association allemande regroupant des entreprises industrielles et commerciales). Dans ce cas, le produit répond à un cahier des charges précis. « Pour être bio, un cosmétique doit d'abord être à 95 %

d'origine naturelle et comporter 5 % maximum de produits de synthèse, explique Valérie Lemaire, responsable de ce secteur chez Ecocert. Ensuite, les végétaux biologiques doivent représenter au moins 10 % du total de la formule. » Sur l'étiquette, les pourcentages de végétaux naturels et de produits bio sont précisés. De plus, pour le label Ecocert, « tout ce qui est bio est aussi repérable par un astérisque ».

EnBref

40 000
appels par an

Cancer Info Service : pour le meilleur service possible !

Avec près de 40 000 appels par an, Cancer Info Service répond à de vrais besoins. La Ligue contre le cancer

CANCERINFOSERVICE
0 810 810 821

PRIX APPEL LOCAL

La vie sur toute la ligne

Sur le cancer,
aucune question ne doit rester sans réponse

En parler, c'est essentiel.

CANCERINFOSERVICE
0 810 810 821

cherche toujours à améliorer les services proposés par Cancer Info Service, ouvert sous la forme actuelle au public depuis mars 2004. En confiant le nouveau poste de coordinateur national de Cancer Info Service au Docteur Marc Keller, La Ligue renforce le dispositif. Le Docteur Marc Keller, cancérologue de formation, diplômé également en recherche et développement des médicaments et ayant reçu une solide formation en épidémiologie, encadre ainsi Cancer Info Service depuis novembre 2005 avec pour

objectifs d'analyser, de coordonner, d'améliorer la qualité de l'information et de l'écoute et de développer l'ensemble de l'activité du service. En créant un Comité de déontologie et de qualité, placé sous la haute bienveillance du professeur Axel Kahn, la Ligue met tout en œuvre pour garantir aux personnes qui sollicitent Cancer Info Service une prise en compte de leur appel la plus sincère et précise possible.

Cancer Info Service : 0 810 810 821
(du lundi au samedi, de 8 h à 20 h).

Enfants Comment suivre leur taux de graisse

La prévention de l'obésité commence dès la petite enfance avec une alimentation variée, qui privilégie les fruits, les légumes et les céréales, et dans laquelle les matières grasses et les produits sucrés sont limités. Ensuite et jusqu'à l'âge adulte, quatre repas par jour sont indispensables. L'activité physique doit être régulière et le temps passé devant la télévision, limité. Dès sept ans, l'enfant en surpoids ou obèse peut être surveillé chaque semaine avec un analyseur de composition corporelle fiable et précis

conçu par la société Tanita, l'Innerscan BC-543. Cet appareil doté d'un mode enfant intègre une échelle de normalité basée sur l'étude menée par la NAASO*. Son objectif est de surveiller le poids et la masse grasse, afin de relever toute variation importante. Pour le Dr Danielle Soulié, médecin nutritionniste, l'intérêt de cet équipement est de *« ne plus se focaliser sur le poids, mais sur la normalité du taux de graisse corporelle car seule cette mesure compte tant sur le plan de l'esthétique*



que sur le plan de la santé ».

L'appareil permet de savoir immédiatement, à partir du résultat donné par l'analyseur de composition corporelle, dans quelle catégorie se situe votre enfant : maigre, valeurs saines, surpoids ou obésité. Bien entendu, ce diagnostic ne

peut en aucun cas se substituer à l'avis d'un médecin ou d'un nutritionniste.

**North American Association for the Study of Obesity est une association nord-américaine d'études sur l'obésité.*