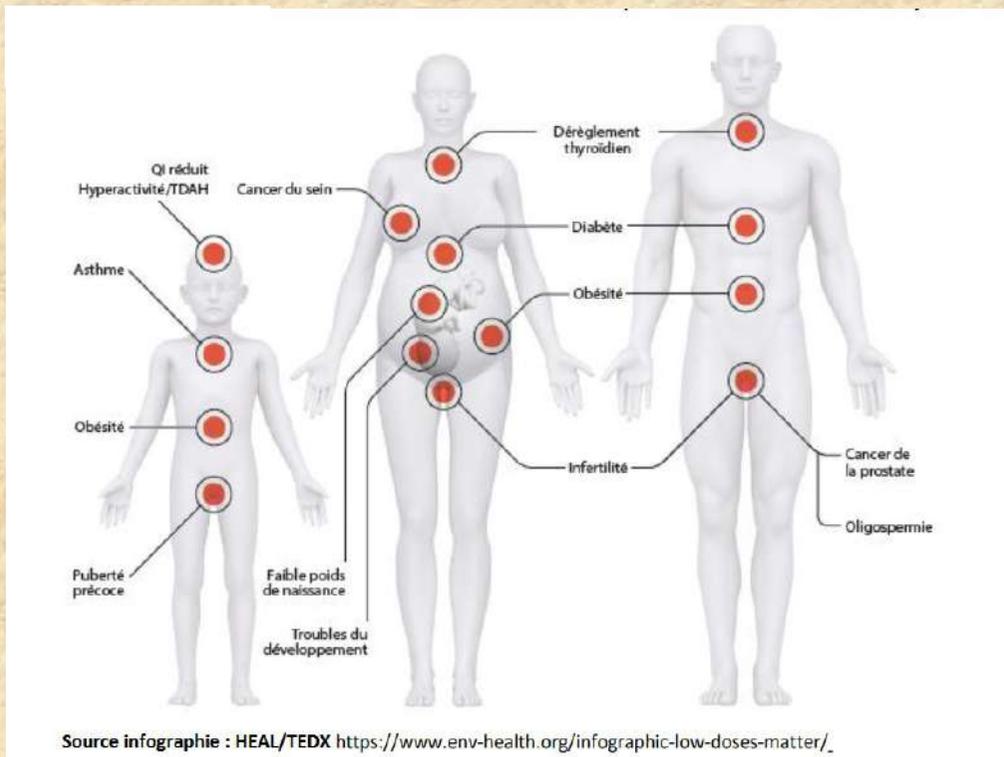


# Pourquoi s'en préoccuper ?



Pour les Perturbateurs Endocriniens, ce n'est pas la dose qui fait le poison, mais :

- ⇒ La période d'exposition
- ⇒ Les effets redoutables même à très faibles doses
- ⇒ La latence entre l'exposition et l'effet
- ⇒ L'effet cocktail
- ⇒ Les effets transgénérationnels

(Source: Réseau Environnement Santé - mars 2020)

**Nous pouvons tous agir pour les réduire !**

### Contact :

L'Escurio - CPIE des Pays Creusois  
 16 rue A. Guillon - 23000 GUERET  
 05 55 61 95 87 - [contact@cpiepayscreusois.com](mailto:contact@cpiepayscreusois.com)  
[www.cpiepayscreusois.com](http://www.cpiepayscreusois.com)

Livret réalisé par L'Escurio-CPIE des Pays Creusois - septembre 2020

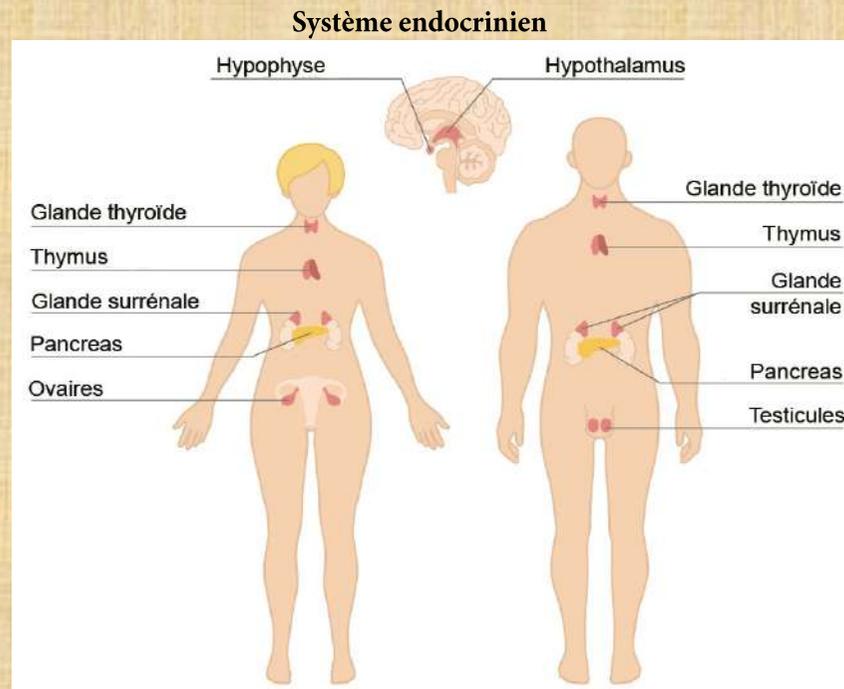


PAYS CREUSOIS

A travers les actes de notre vie, nous nous exposons quotidiennement à une forme de pollution invisible qui est :

## Les Perturbateurs Endocriniens

Ce sont des **molécules** (des substances chimiques d'origine naturelle ou artificielle étrangères à l'organisme) pouvant **mimer, bloquer ou modifier la quantité et l'action des hormones** dans notre organisme. Ils peuvent ainsi interférer avec le fonctionnement du système endocrinien et induire des effets délétères sur cet organisme ou sur ses descendants.



(Sources: Organisation Mondiale de la Santé 2002 ; MOOC Environnement et Santé 2020 ; Que choisir n°120 juin 2019)

Partenaires techniques et financiers:



# Les Perturbateurs Endocriniens sont partout

A la maison dans notre environnement quotidien

**Bisphénols (S et F)**  
Plastique dans bouilloire,  
boîtes alimentaires, film  
alimentaire ...

**BHA (E320)**  
Conservateurs alimentaires et  
cosmétiques

**Triclosan**  
Antibactérien dans savon, den-  
tifrice, produits d'entretien

**Pesticides**  
Anti-puces, anti-poux,  
insecticides...

**Métaux lourds**  
Mercure dans poissons carnivores,  
piles...; plomb dans les peintures,  
coquillages...

**Filtres anti UV (benzophénone 1 et 3  
et Ethylhexyl Méthoxycinnamate)**  
Crèmes solaires, vernis à ongles,  
crèmes de jour...

**Parabènes (E214 à 219)**  
Conservateurs aliments,  
médicaments, cosmétiques...

**Phtalates**  
Plastiques souples,  
textiles, bouteilles,  
lessives, bougies ...

**Perfluorés (PFOA, PFOS)**  
Teflon, revêtement anti tâches



## Applications mobiles gratuites :

- Ma maison Santé : <https://paysdelaloire.mutualite.fr/actualites/ma-maison-sante-une-appli-pour-limiter-l'exposition-des-plus-petits-aux-polluants-de-la-maison>
- Yuka ; Open Food Facts ; Quelcosmétic

## Site internet :

- <http://www.reseau-environnement-sante.fr>
- <http://www.asef-asso.fr/>

## Autres ressources :

- Fiches pratiques Santé-environnement de WECF France ; Guide Santé Environnement de l'ARS Nouvelle Aquitaine ; « Justin peu d'air » (Mutualité Française Nouvelle Aquitaine)

