

LES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS ET LEUR PRÉVENTION AVANT ET DURANT LA GROSSESSE

1 Pourquoi être attentives à la prévention des perturbateurs endocriniens avant et durant la période de grossesse ?

- Si nous sommes tous sensibles à la pollution environnementale tout au long de notre vie, les scientifiques et les recherches actuelles s'accordent à dire que **la santé de l'enfant à naître se joue durant les 1 000 premiers jours de vie**, de la aux 2 ans de l'enfant. La grossesse est ainsi une période capitale.
- Les 1000 premiers jours de vie constituent une période où se mettent en place toutes les fonctions du corps afin d'arriver à un être humain viable. Mais c'est également une période de grande plasticité et de vulnérabilité durant laquelle les polluants environnementaux (notamment les substances nommées Cancérigènes Mutagènes Reprotoxiques (CMR) ou encore les perturbateurs endocriniens) sont susceptibles d'agir sur le développement.
- Ils agissent non seulement de manière directe sur le développement du fœtus mais également de manière indirecte en augmentant le risque de pathologies chez l'enfant, l'adulte en devenir ainsi que sur sa descendance.
- Plus concrètement, la future maman est susceptible d'être exposée au quotidien à de très nombreuses substances chimiques au cours de sa grossesse que ce soit dans sa vie privée (air intérieur, cosmétiques, alimentation...) mais aussi sur le lieu du travail (produits utilisés, air intérieur...).

➤ Réduire fortement les expositions à ces polluants professionnels et personnels est possible par la mise en place de bonnes pratiques et des gestes simples au quotidien pour un environnement sain.

2 Les perturbateurs endocriniens : c'est quoi ?

D'après l'Organisation Mondiale de la Santé, « les perturbateurs endocriniens sont des substances chimiques d'origine naturelle ou artificielle étrangères à l'organisme qui peuvent interférer avec le fonctionnement du système endocrinien et induire ainsi des effets néfastes sur cet organisme ou sur ses descendants ».

Les perturbateurs endocriniens peuvent agir de différentes façons :

- en imitant l'action d'une hormone naturelle ;
- en se fixant sur les récepteurs des hormones naturelles ;
- en gênant ou en bloquant le mécanisme de production ou de régulation des hormones ou des récepteurs, modifiant ainsi les concentrations d'hormones présentes dans l'organisme.

Les molécules suspectées sont :

- **des dérivés phénoliques** qui se trouvent dans les contenants alimentaires (canettes, boîte de conserves, bouteille en plastique, pots de yaourt, film alimentaire), les cosmétiques (crème hydratante, gels douche, shampoing, maquillage), les tickets de caisse, les lentilles de contact, les désinfectants et dans l'alimentation (les conservateurs E 214 à E 219 sont des parabènes) ;
- **certains pesticides** ;
- **des produits biocides** comme les anti-poux ou les traitements des animaux domestiques ;
- **des retardateurs de flammes** (polybromodiphényles) présents dans les mousses pour les mobiliers, les tapis et les équipements électroniques ;
- **des phtalates** présents dans les jouets en plastiques, le vernis à ongle, les produits d'entretien, les barquettes alimentaires, les bouteilles en plastiques et certains ustensiles de cuisine ;
- **des alkylphénols (nonylphénols)** retrouvés dans les emballages plastiques, les lingettes jetables, les détergents, les lessives ou les cosmétiques.
- **des phyto-œstrogènes** comme le soja (PE d'origine naturelle).

Les données montrent que la période des 1000 premiers jours est particulièrement vulnérable aux effets des perturbateurs endocriniens et doit être un objet d'attention prioritaire.

Les sources d'exposition sont multiples (800 substances chimiques ont des propriétés perturbatrices endocriniennes avérées ou suspectées) et les études montrent une imprégnation généralisée de la population, notamment des enfants, par certains de ces produits (phtalates, bisphénols, pesticides, PCB, etc.)

Les perturbateurs endocriniens se retrouvent dans de nombreux objets et produits de la vie courante (produits ménagers, détergents, cosmétiques, produits alimentaires). Ils sont également présents dans l'environnement du fait d'une contamination des différents milieux (eaux, sédiments, sols, air, etc.).

3 Au travail, qui peut être concerné par des perturbateurs endocriniens ?

Plusieurs secteurs professionnels sont concernés, tant au niveau de la production que de l'utilisation. Exemples : agriculture (manipulation de pesticides), industries pharmaceutiques (production d'hormones) et chimiques (fabrication des pesticides, matières plastiques)...



Réduire fortement les expositions à ces polluants professionnels et personnels est possible par la mise en place de bonnes pratiques et des gestes simples au quotidien pour un environnement sain.

Ressources :

- <https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>
- www.normandie.prse.fr
- <https://www.anact.fr/10-questions-sur-la-conciliation-grossesse-et-travail>
- <https://www.anact.fr/etat-des-lieux-de-la-situation-de-travail-des-femmes-enceintes-et-de-ses-specificites-dans-la-grande>
- <https://www.inrs.fr/media.html?refINRS=TC%20147>
- <https://www.inrs.fr/risques/reproduction/ce-qu-il-faut-retenir.html>
- <https://www.inrs.fr/demarche/femmes-enceintes/ce-qu-il-faut-retenir.html>

