

Produits cosmétiques • Les fiches des molécules toxiques à éviter

Mis à jour le : 22/09/2017

Les composés indésirables ne sont pas rares dans les cosmétiques. Ces fiches reprennent les noms de ceux qui nous paraissent les plus problématiques dans l'état actuel des connaissances scientifiques. Pour chacun, vous pourrez repérer le niveau de risque selon que l'utilisateur est une femme enceinte ou un tout-petit, un enfant – susceptible d'être plus sensible aux composés irritants notamment –, un adolescent ou un adulte. Les perturbateurs endocriniens sont particulièrement à bannir pour certaines populations, telles que femmes enceintes, tout-petits et adolescents.




→ [Panorama des produits cosmétiques renfermant des ingrédients indésirables](#)

BHA






BHA (BUTYLATED HYDROXYANISOLE)

Fonction : antioxydant

 **Perturbateur endocrinien**

Peut être présent dans :

- produits de traitement des cheveux
- crèmes hydratantes...

			
 PRODUIT NON RINCÉ	●	●	●
 PRODUIT RINCÉ	●	●	●

● absence de risque ● risque moyen
● risque limité ● risque significatif

QUE CHOISIR

Heureusement, le butylated hydroxyanisole, antioxydant plus connu sous le nom de BHA, se fait rare dans les produits cosmétiques. Non seulement il est classé « cancérigène

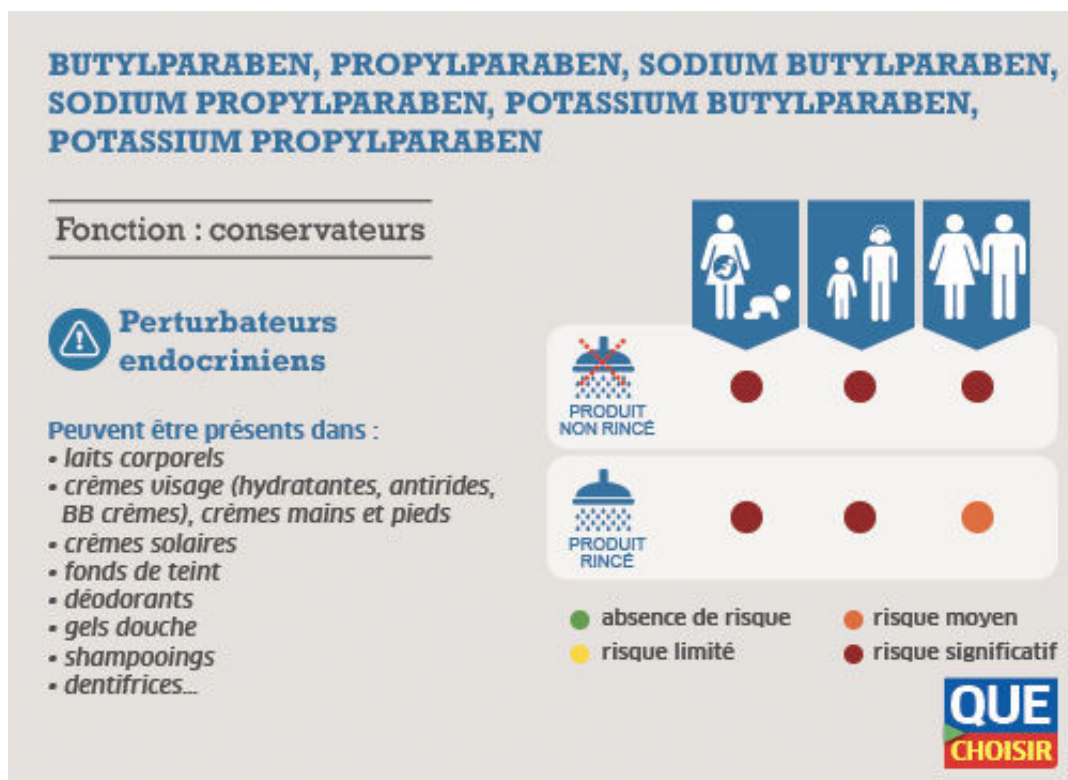
possible » par le Centre international de recherche contre le cancer (Circ), mais il fait partie des substances proposées par la France à la Commission européenne pour une évaluation précise d'urgence de ses propriétés toxiques. Il serait en effet à la fois toxique pour la reproduction et perturbateur endocrinien.

Bon à savoir : certains produits vendus sans ordonnance ont le statut de médicament (Mitosyl, par exemple). Le BHA est alors nommé Butylhydroxyanisole.

→ **Consultez les listes des produits contenant du BHA :**

- **le maquillage**
- **les soins du corps**
- **les produits d'hygiène dentaire**
- **les soins des cheveux**

BUTYLPARABEN, PROPYLPARABEN, SODIUM BUTYLPARABEN, SODIUM PROPYLPARABEN, POTASSIUM BUTYLPARABEN, POTASSIUM PROPYLPARABEN



Ah, les parabens ! Que de slogans plus blancs que blancs ont-ils fait fleurir sur les emballages ! Se revendiquer comme « sans parabens » semble être devenu le passage obligé pour vendre un cosmétique ou un produit d'hygiène. Quitte à remplacer ces conservateurs par d'autres pas très nets non plus, comme la méthylisothiazolinone. En réalité, tous les membres de cette famille ne sont pas à mettre dans le même panier : ceux à courte chaîne, ethylparaben et methylparaben (et les composés qui contiennent ce

nom, comme sodium ethylparaben) ont été blanchis par les experts français et européens. À l'inverse, les plus dangereux (isobutyl, isopropyl, benzyl, pentyl, phenylparaben) sont interdits depuis 2014. Mais le butylparaben et le propylparaben restent autorisés (ainsi que les ingrédients dont le nom composé accole un de ces mots à « sodium » ou « potassium ») alors qu'ils sont considérés comme perturbateurs endocriniens. Un moyen mnémotechnique pour s'en souvenir ? Ceux qui commencent par P ou B ne sont « Pas Bons » ! Pourtant, on en trouve encore, y compris dans des références destinées aux tout-petits, comme certaines lingettes, aux enfants (quelques dentifrices), ou encore à la sphère génitale. Concernant les moins de 3 ans, propyl et butylparaben sont interdits dans les produit non rincés destinés à être utilisés dans la zone du siège (nettoyants, lingettes, crèmes) mais on en trouve dans des lingettes supposées être utilisées sur le visage ou les mains.

Bon à savoir : certains produits ont le statut de médicament, même s'ils se rapprochent des cosmétiques. C'est le cas de certains dentifrices ou crèmes. Le propylparaben est alors appelé parahydroxybenzoate (ou p-hydroxybenzoate) de propyle, pour le sodium propylparaben, on ajoute « sodique ».

→ **Consultez les listes des produits contenant du butylparaben, du propylparaben, du sodium butylparaben, du sodium propylparaben, du potassium butylparaben ou du potassium propylparaben :**

- [les déodorants et parfums](#)
- [le maquillage](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits d'hygiène dentaire](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)
- [les soins du visage](#)

ETHYLHEXYL METHOXYCINNAMATE

ETHYLHEXYL METHOXYCINNAMATE

Fonction : filtre UV



Perturbateur endocrinien

Peut être présent dans :

- crèmes visage
- crèmes solaires
- fonds de teint
- rouges et baumes à lèvres
- lotions après-rasage
- eaux de toilette
- eaux de Cologne
- vernis à ongles
- shampoings...



● absence de risque

● risque limité

● risque moyen

● risque significatif

**QUE
CHOISIR**

Également appelé octyl methoxycinnamate (mais pas sur les étiquettes, qui doivent respecter une nomenclature bien précise), ce filtre anti-UV n'est pas réservé aux produits solaires. On le trouve dans certaines crèmes de jour ou fonds de teint, même sans indication d'une protection contre les ultraviolets. Les recherches sur cet ingrédient ont démontré in vivo une perturbation des œstrogènes et de la fonction thyroïdienne. Pourtant, il est assez souvent utilisé, y compris dans des produits « sensibles » comme les sticks pour les lèvres – produit parfois appliqué quotidiennement, restant longtemps en contact avec les muqueuses et dont de petites quantités peuvent être avalées – ou dans des gammes dont le marketing insiste sur l'absence de parabens et autres composés connus du grand public pour leur toxicité.

→ **Consultez les listes des produits contenant de l'ethylhexyl methoxycinnamate :**

- [les déodorants et parfums](#)
- [le maquillage](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)
- [les soins du visage](#)

TRICLOSAN

TRICLOSAN

Fonction : antibactérien



Perturbateur endocrinien

Peut être présent dans :

- dentifrices
- déodorants
- bains de bouche
- nettoyants intimes...



PRODUIT
NON RINCE



PRODUIT
RINCE

● absence de risque

● risque limité

● risque moyen

● risque significatif

**QUE
CHOISIR**

Ce puissant agent antibactérien était encore largement employé il y a quelques années. Depuis, il a été montré qu'il est perturbateur endocrinien à plus d'un titre : il agirait non seulement sur les hormones œstrogènes, mais aussi sur la fonction thyroïdienne. Double peine au sujet de laquelle quelques grandes marques, heureusement de plus en plus rares, préfèrent se voiler la face.

→ **Consultez les listes des produits contenant du triclosan :**

- [les soins du corps](#)
- [les produits d'hygiène dentaire](#)
- [les soins du visage](#)

BENZOPHENONE-1, BENZOPHENONE-3

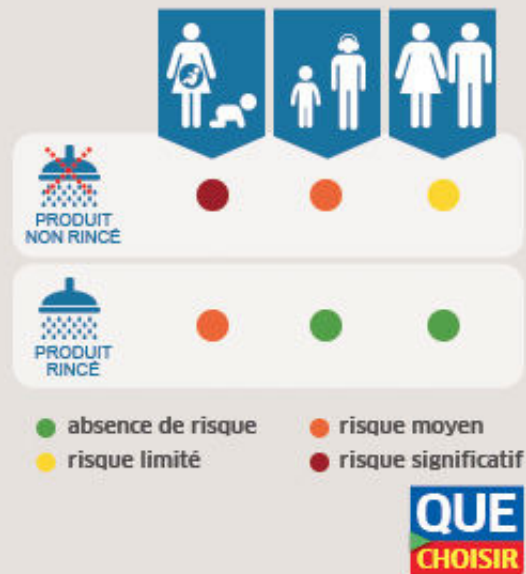
BENZOPHENONE-1 BENZOPHENONE-3

Fonctions : filtres UV,
protecteurs de formules

 **Perturbateurs
endocriniens,
allergènes non irritants**

Peuvent être présents dans :

- eaux de Cologne
- déodorants
- vernis à ongles...

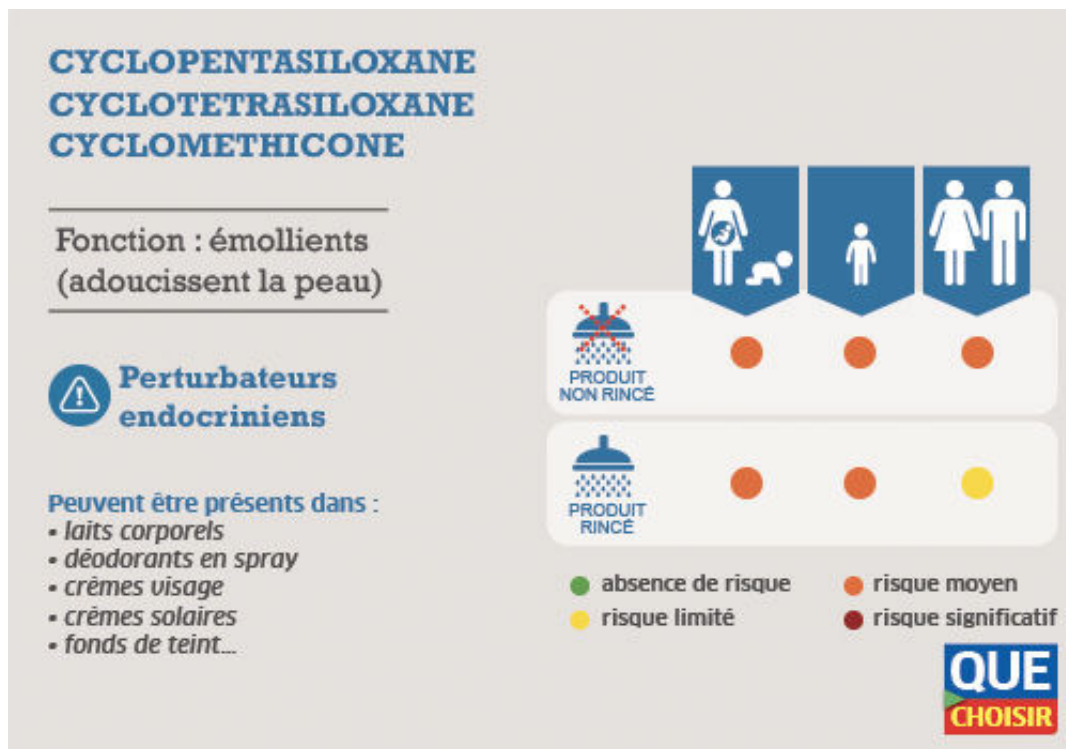


Responsables d'un trop grand nombre d'allergies, ces filtres anti-UV ne sont a priori plus inclus dans les crèmes solaires. Ainsi, lors d'une expérience visant à mesurer le pouvoir allergisant de différents composés après exposition au soleil, la benzophenone-3 a provoqué une réaction chez plus d'un quart des sujets. Par ailleurs, elle est classée perturbateur endocrinien sur la base d'une faible activité œstrogénique in vitro. En 2011, l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) a émis un avis visant à limiter l'utilisation de benzophenone-3 dans les produits cosmétiques. Parfois, elle n'est pas employée pour protéger des UV l'utilisateur, mais plutôt la formule elle-même, car lorsque le flacon est transparent, celle-ci peut souffrir de l'exposition au soleil. On ne saurait trop suggérer aux industriels d'opter pour des flacons opaques ou de changer de protecteur de formule... et aux adolescentes d'éviter les vernis contenant de la benzophenone. À noter que la benzophenone-4 est utilisée dans certains produits à rincer ou non. Même si l'on est tenté de lui imaginer un profil toxicologique peu différent de celui de ses congénères 1 et 3, elle n'est pas classée perturbateur endocrinien dans l'état actuel de la science.

→ **Consultez les listes des produits contenant du benzophenone-1 ou du benzophenone-3 :**

- [les déodorants et parfums](#)
- [le maquillage](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les soins des cheveux](#)
- [les soins du visage](#)

CYCLOPENTASILOXANE, CYCLOTETRASILOXANE, CYCLOMETHICONE

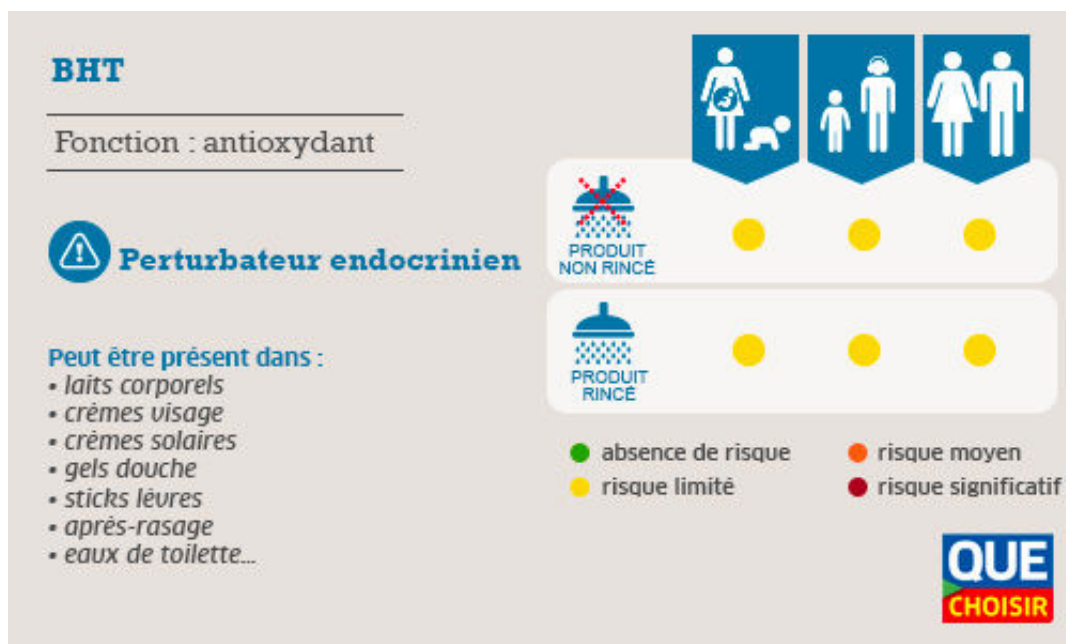


Cyclopentasiloxane et cyclotetrasiloxane ont montré des propriétés de perturbation endocrinienne. Par ailleurs, le cyclotetrasiloxane est classé toxique pour la reproduction, il est donc à éviter en lui-même. En outre, des traces de ce dernier peuvent « polluer » le cyclopentasiloxane. Enfin, un avis publié en avril 2015 par le Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs, groupe d'experts de la Commission européenne chargé d'évaluer les cosmétiques, a mis en lumière un risque en cas d'inhalation : aérosols, sprays, poudres, etc., devraient éviter ces composés. Quant à la cyclomethicone, elle est en partie constituée de ces deux autres ingrédients.

→ **Consultez les listes des produits contenant du cyclopentasiloxane, du cyclotetrasiloxane ou du cyclomethicone :**

- les déodorants et parfums
- le maquillage
- les produits solaires
- les soins du corps
- les produits d'hygiène dentaire
- les produits pour bébés et enfants
- les soins des cheveux
- les soins du visage

BHT



Cet agent antioxydant permet d'éviter l'oxydation des formules, notamment de la phase grasse des émulsions, susceptible de rancir. Il est assez fréquemment utilisé, en particulier pour remplacer le BHA, décrié du fait de ses multiples potentialités toxiques (voir BHA ci-dessus).

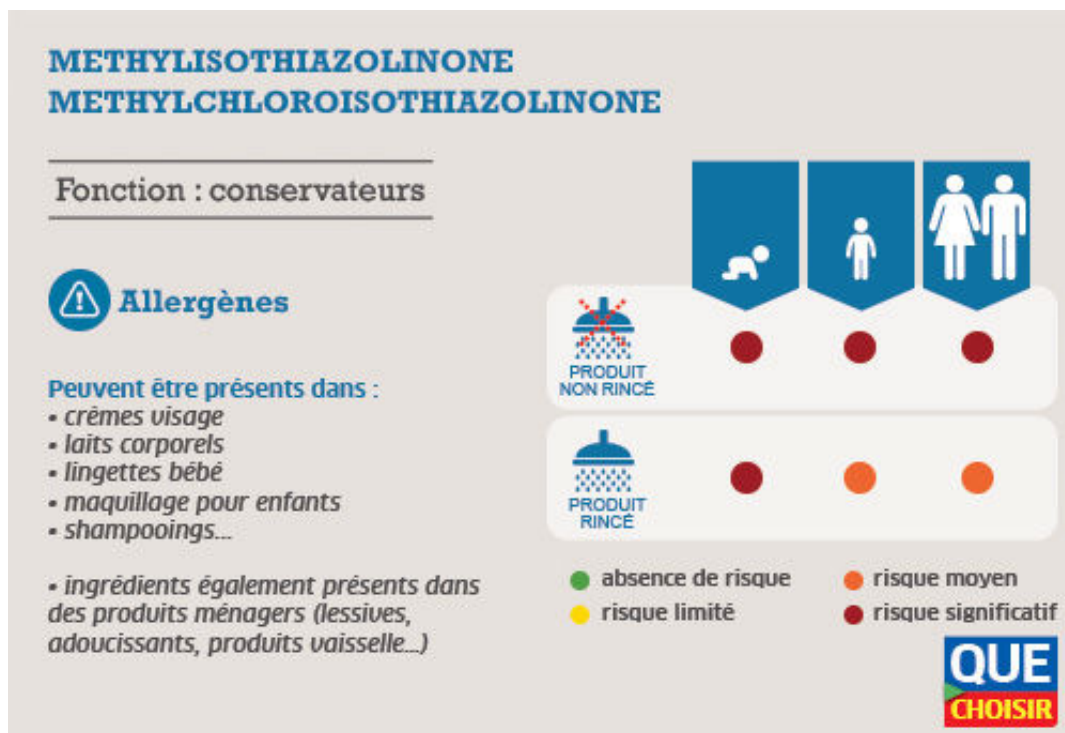
Malheureusement, comme le souligne l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire), ces deux composés sont de proches parents et « *leurs usages aussi bien que les préoccupations à leur sujet sont très similaires* ». Le BHT semble être un perturbateur endocrinien. L'Anses a donc saisi les autorités européennes pour que soient réévalués ses effets sur le système hormonal, la reproduction, ainsi que son éventuelle action cancérogène.

→ **Consultez les listes des produits contenant du BHT :**

- les déodorants et parfums
- le maquillage
- les produits solaires
- les soins du corps
- les produits d'hygiène dentaire
- les produits pour bébés et enfants
- les soins des cheveux
- les soins du visage

METHYLISOTHIAZOLINONE (MIT),

METHYLCHLOROISOTHIAZOLINONE (MCIT)



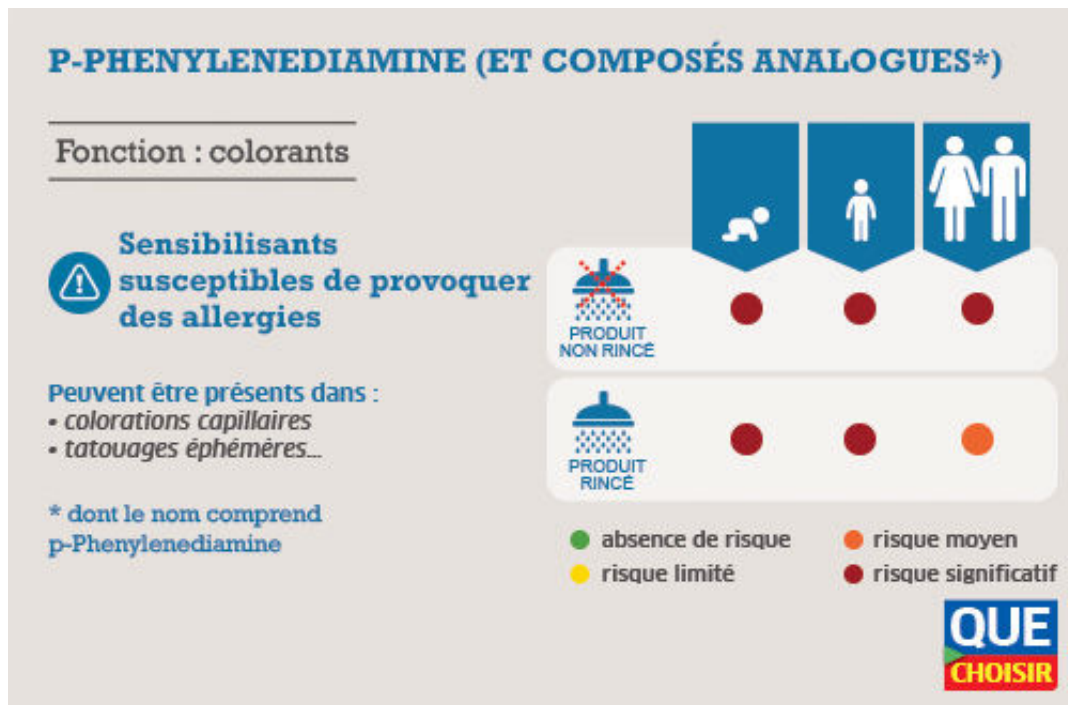
Allergène de l'année ! C'est la peu enviable distinction reçue en 2013 par la methylisothiazolinone (MIT). Une société savante de dermatologues américains (American contact dermatitis society) désigne ainsi chaque année l'ingrédient qui a fait le plus de dégâts chez les patients.

Methylisothiazolinone (MIT) et methylchloroisothiazolinone (MCIT) restaient jusqu'à une date récente relativement discrètes, mais la mise en cause des parabens a incité trop d'industriels à les remettre au goût du jour, au grand dam des allergologues et dermatologues. Les autorités de santé se sont penchées sur la question et ont interdit le mélange MCIT-MIT dans les produits sans rinçage à compter d'avril 2016. Puis la MIT seule a, à son tour, été proscrite dans ces mêmes produits : à partir du 12 février 2017, aucun cosmétique sans rinçage en contenant ne doit subsister en rayon. Rincées ou non, fuyez les références qui en contiennent, même si elles affichent des mentions trompeuses telles que « peau sensible », « hypoallergénique » ou « testé dermatologiquement ».

→ Consultez les listes des produits contenant du MIT ou du MCIT :

- [le maquillage](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits d'hygiène dentaire](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)
- [les soins du visage](#)

P-PHENYLENEDIAMINE ET COMPOSÉS ANALOGUES (DONT LE NOM COMPREND P-PHENYLENEDIAMINE)



Largement présent dans les teintures capillaires permanentes, ce colorant fait partie des composés dont on se demande pourquoi ils ne sont pas encore interdits. La seule lecture de l'avis publié en 2012 par le Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs, groupe d'experts de la Commission européenne chargé d'évaluer les cosmétiques, est édifiante. « Il a été démontré que la p-Phenylenediamine est un allergène de contact très puissant chez l'animal, c'est aussi un allergène fréquent chez l'homme qui peut engendrer des réactions graves. C'est un sensibilisant extrêmement fort, qui fait partie des tests de routine [pour déterminer la cause d'une réaction allergique, ndlr]. Son utilisation dans les teintures capillaires demeure une préoccupation considérable en termes de sécurité des consommateurs. » Nombre de cas d'eczéma ont été rapportés chez des utilisateurs et des coiffeurs. Alors, pourquoi le trouve-t-on encore dans tant de produits, y compris de marques leaders de la coloration ? Cela dit, les colorations permanentes sont susceptibles de renfermer de nombreux autres composés irritants. À noter que la p-Phenylenediamine peut aussi se retrouver dans les tatouages éphémères.

→ **Consultez les listes des produits contenant du p-Phenylenediamine ou des composés analogues :**

- [les soins des cheveux](#)

PHENOXYETHANOL

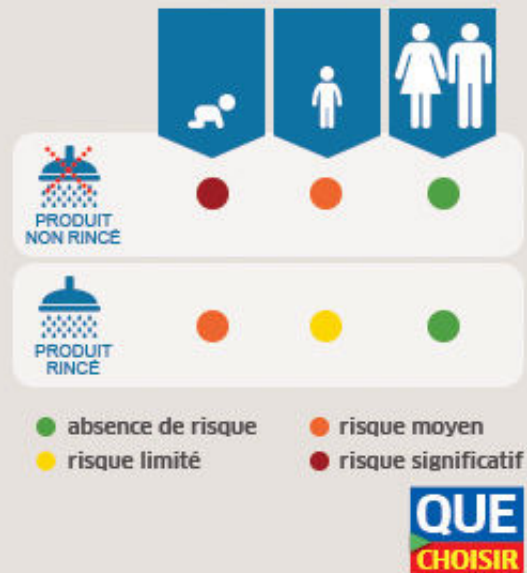
PHENOXYETHANOL

Fonction : conservateur

 **Toxique pour le foie**

Peut être présent dans :

- crèmes visage
- crèmes solaires
- fonds de teint
- laits corporels
- déodorants
- lingettes bébé
- laits de toilette...



Ce conservateur a été réévalué par l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) en 2012. Elle l'a jugé hématotoxique et hépatotoxique (toxique pour le sang et le foie). Compte tenu d'une concentration de 1 % dans les produits, de l'absorption cutanée et de la dose sans effet, l'agence a jugé ce composé sûr pour les adultes mais a posé des limites pour les enfants de moins de 3 ans. Selon elle, le phenoxyethanol ne devrait pas être employé dans les cosmétiques destinés au siège, qu'ils se rincent ou non : ces produits étant les plus fréquemment et abondamment utilisés, une absorption excessive de phenoxyethanol par la peau serait à craindre. Pour les autres cosmétiques destinés aux tout-petits, sa concentration devrait être limitée à 0,4 %. Malheureusement, comme toutes les agences, l'ANSM n'a qu'un pouvoir, celui de donner son avis. Si aucun texte réglementaire ne le reprend, les industriels peuvent tout à fait l'ignorer. Ils sont d'autant plus enclins à le faire que le Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs, sous l'égide de la Commission européenne, a récemment jugé, de son côté, que cet ingrédient était sûr pour tous les utilisateurs quel que soit leur âge. Interrogée, l'ANSM nous dit maintenir sa position. Une cacophonie entre deux groupes d'experts pour le moins troublante.

→ **Consultez les listes des produits contenant du phenoxyethanol :**

- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)

SODIUM LAURYL SULFATE, AMMONIUM LAURYL SULFATE

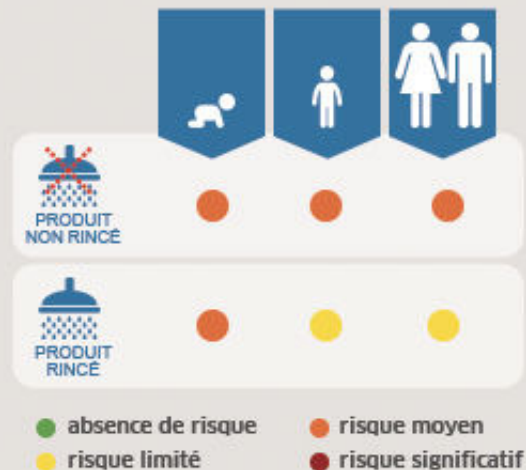
SODIUM LAURYL SULFATE AMMONIUM LAURYL SULFATE

Fonction : tensioactifs
(agents lavants)

 **Peuvent provoquer
des irritations**

Peuvent être présents dans :

- shampoings
- après-shampoings
- gels douche
- savons mains
- dentifrices...



**QUE
CHOISIR**

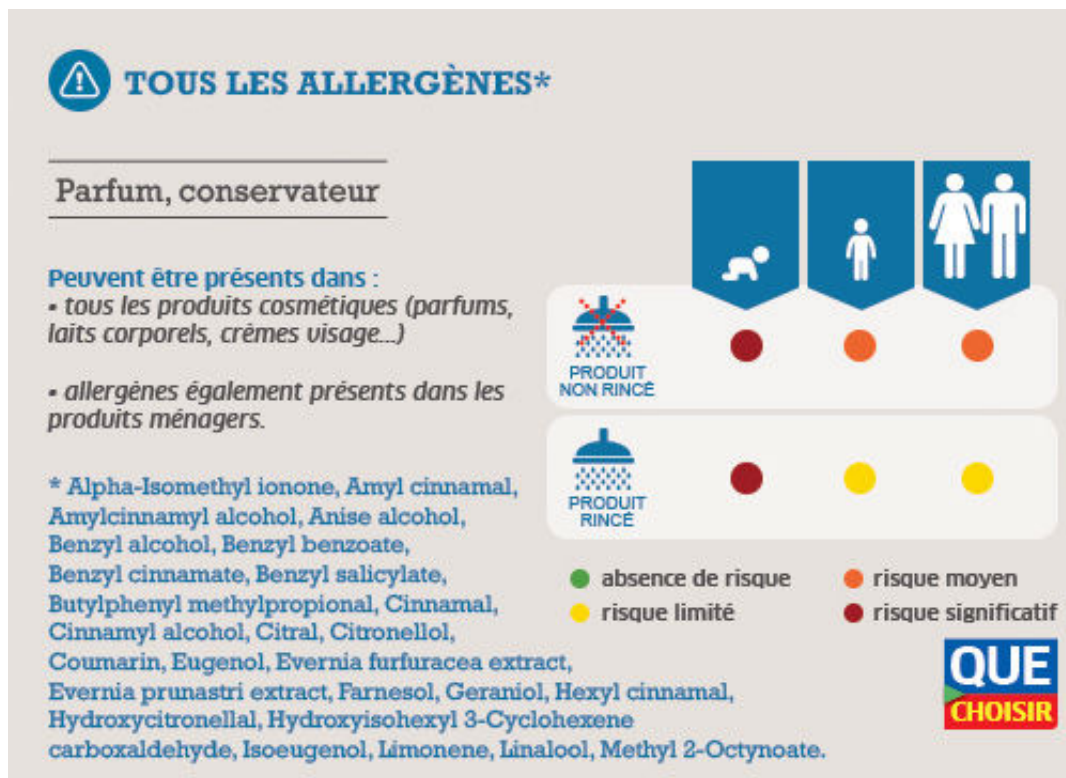
Essentiellement exploité comme tensioactif (qui permet aux corps gras de la formule de se disperser dans l'eau), le sodium lauryl sulfate est un irritant bien connu, les scientifiques le savent depuis des décennies. Il n'est qu'à consulter leurs publications pour s'en convaincre : ici on le désigne comme « *l'irritant standard* », là, on introduit le propos par « *le sodium lauryl sulfate (SLS), un tensioactif fréquemment utilisé pour induire expérimentalement des dermatites de contact* »...

Son proche parent, l'ammonium lauryl sulfate (ALS), n'est pas en reste : lorsqu'on l'applique en grande quantité, il se révèle « *hautement irritant* ». Seul un rinçage très soigneux peut limiter les dégâts. Ces ingrédients sont tout de même présents dans un très grand nombre de références. Mais ce sont le plus souvent des produits rincés, les doses ne sont pas forcément très élevées et certains consommateurs les supportent bien. Chez d'autres, en revanche, les produits lavants laissent la peau inconfortable et les dentifrices provoquent des aphtes. Les industriels devraient au minimum les éliminer des produits pour enfants et de ceux destinés aux zones intimes, mais aussi s'abstenir d'apposer des allégations liées à la douceur lorsqu'ils utilisent ces ingrédients.

→ **Consultez les listes des produits contenant du sodium lauryl sulfate ou de l'ammonium lauryl sulfate :**

- [les déodorants et parfums](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits d'hygiène dentaire](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)
- [les soins du visage](#)

LES 26 AUTRES ALLERGÈNES



Les substances allergènes proviennent principalement des parfums incorporés dans les formules pour les rendre plus plaisantes. Mais présence de parfum n'est pas forcément synonyme de présence d'allergènes, et le contraire n'est pas vrai non plus. On trouve des allergènes notamment dans les conservateurs, c'est par exemple le cas du benzyl alcohol. Les molécules susceptibles de provoquer une réaction allergique sont extrêmement nombreuses, mais les 26 qui en provoquent le plus sont obligatoirement étiquetées dès lors qu'elles sont présentes à hauteur de plus de 0,001 % (10 ppm ou mg/kg) dans les produits non rincés et 0,01 % (100 ppm) dans ceux qui sont rincés. Cette liste pourrait évoluer à l'avenir. Les allergènes sont indiqués en fin de liste d'ingrédients, ils sont très fréquents dans tous types de produits. Les mentions rassurantes du type « testé sous contrôle dermatologique », « hypoallergénique » et autres « peaux sensibles » ne garantissent en rien l'absence d'allergènes.

→ **Consultez les listes des produits contenant ces allergènes :**

- [les déodorants et parfums](#)
- [le maquillage](#)
- [les produits solaires](#)
- [les soins du corps](#)
- [les produits d'hygiène dentaire](#)
- [les produits pour bébés et enfants](#)
- [les soins des cheveux](#)

HUILES MINÉRALES ET HYDROCARBURES DE SYNTHÈSE DANS LES PRODUITS POUR LES LÈVRES

Baumes et rouges à lèvres sont des cosmétiques à part puisqu'ils sont susceptibles d'être ingérés. On ne devrait donc pas y retrouver d'ingrédients interdits dans les aliments à cause de leur toxicité. C'est pourtant le cas des huiles minérales et des hydrocarbures de synthèse (1). Prohibées dans les produits alimentaires, les huiles minérales sont autorisées dans les cosmétiques. Dans les produits pour les lèvres, elles sont même souvent au cœur de la formule puisqu'on peut en retrouver dans les cires – qui forment la structure du produit et lui donnent la possibilité de former un film sur les lèvres – et les émollients – ajoutés pour conférer un peu de souplesse au stick et qui adoucissent la peau.

Problème, ces huiles sont susceptibles d'engendrer des composés indésirables : les Mosh et les Moah. Les premiers, du moins une partie d'entre eux (2), peuvent s'accumuler dans l'organisme, notamment dans les ganglions lymphatiques et le foie. Ils peuvent y produire des réactions inflammatoires dont on ignore les conséquences exactes. Une étude sur 37 sujets menée en 2014 a montré qu'un quart d'entre eux en hébergeaient plus de 5 g ! Quant aux Moah, ils sont cancérogènes.

→ Comment les repérer ?

Voici les noms qu'il faut traquer sur les listes d'ingrédients des baumes et rouges à lèvres. À noter qu'ils sont absents des produits bio mais pas seulement.

- Cera Microcristallina
- Ceresin
- Hydrogenated Microcrystalline Wax
- Hydrogenated Polyisobutene
- Microcrystalline Wax
- Ozokerite
- Paraffin
- Paraffinum liquidum
- Petrolatum
- Polybutene
- Polyethylene
- Polyisobutene
- Synthetic wax

NOTES

(1) Mineral oil saturated hydrocarbons, ou hydrocarbures d'huiles minérales saturés et Mineral oil aromatic hydrocarbons, hydrocarbures d'huiles minérales aromatiques.

(2) Ceux dont la chaîne carbonée est longue d'au moins 16 carbones et ne dépasse pas 35.

TOUT SUR LES INGRÉDIENTS INDÉSIRABLES DANS LES COSMÉTIQUES

- **La liste des produits cosmétiques contenant un ou plusieurs ingrédients indésirables**
- Téléchargez et imprimez notre **carte-repère listant les noms des molécules les plus à risque** et glissez-la dans votre portefeuille
- Le formulaire vous permettant de **signaler les produits cosmétiques qui contiennent des ingrédients indésirables** et qui ne sont pas référencés dans notre liste
- Plusieurs dizaines de réponses à **vos questions sur les substances, les produits et les marques, la réglementation...**
- Les **demandes de l'UFC-Que Choisir auprès des pouvoirs publics européens**