

Cosmétiques, le choix de la sécurité

Appliqués directement sur la peau, les ongles, les muqueuses, ou encore les cheveux, qu'ils soient ensuite rincés ou non, les cosmétiques doivent être choisis avec prudence. Pourtant, les étiquettes ne sont pas toujours d'une grande aide. Quelques clés pour apprendre à les déchiffrer.

Aujourd'hui, la fabrication et la mise sur le marché des cosmétiques sont encadrées par une directive européenne de 1976, qui impose certaines mentions sur les étiquettes. Ces informations réglementaires sont complétées par d'autres, d'ordre commercial. Dans tous les cas, il est utile de savoir les décrypter pour choisir en toute sécurité.

Ce que disent les étiquettes

Les étiquettes mentionnent obligatoirement la liste détaillée des ingrédients, les composés allergisants (si leur teneur est supérieure à 0,001 % pour les produits non rincés, à 0,01 % pour les produits rincés) et les précautions d'emploi. Par ailleurs, si la date de durabilité minimale (date jusqu'à laquelle le produit peut être conservé dans son emballage

scellé) est supérieure à 30 mois, la durée maximale d'utilisation ⁽¹⁾ après ouverture doit impérativement être précisée. En revanche, les allégations telles que « à l'huile d'argan », « testé sous contrôle dermatologique », « hypoallergénique » ou « 100 % naturel »... relèvent de la seule décision du fabricant. « Ces allégations ne prennent en compte que les points positifs et peuvent donner au

>> À compter de 2013, une nouvelle réglementation européenne s'appliquera. La mention « À utiliser de préférence avant fin... » sera remplacée par un sablier accompagné de la date de durabilité minimale du cosmétique. La durée maximale d'utilisation continuera à être symbolisée par un pot ouvert.



© VOISIN/PHANIE

>> Le numéro de lot de fabrication ou la référence garantissant l'identification du produit doit figurer sur le contenant ou sur l'emballage. Ces informations permettent d'assurer une traçabilité du cosmétique, notamment en cas d'effet indésirable lié à son utilisation.

cosmétique une image assez différente de ce qu'il est en réalité. Elles sont donc à prendre avec prudence », explique Laurence Wittner, auteur de *Bien choisir vos cosmétiques*.

Principe de précaution

Dans ces conditions, comment savoir que le cosmétique acheté ne sera pas irritant, allergisant, voire toxique pour l'organisme ? Une question d'autant plus importante que la presse relaie des controverses à ce sujet, notamment à propos des parabènes, conservateurs très utilisés. « Utiles pour éviter la prolifération microbienne, les parabènes sont suspectés d'affecter le système hormonal et d'être dotés d'un potentiel cancérigène. Des études complémentaires, demandées par l'Afssaps ⁽²⁾, sont en cours. En attendant les résultats, le mieux est d'adopter un principe de précaution et de les éviter, surtout dans les produits pour bébés », recommande Laurence Wittner.

À vrai dire, pour obtenir une assurance raisonnable quant à l'innocuité d'un produit cosmétique, il ne faut pas hésiter à se faire conseiller par le pharmacien – pour les produits disponibles en officine – ou par son dermatologue, voire à consulter le site de l'Afssaps. Une démarche un peu fastidieuse certes mais, « une fois que le choix est arrêté et qu'un cosmétique convient, inutile d'en changer » conclut Laurence Wittner.

Béatrice Jaulin

(1) Jusqu'à la date limite d'utilisation inscrite sur l'étiquette, le fabricant garantit, sous réserve de respect des conditions de stockage et d'utilisation, l'efficacité du cosmétique et l'absence de risque de contamination de sa préparation par des agents extérieurs (moisissures, bactéries...).

(2) Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé.

ZOOM

L'étiquetage des produits solaires

La protection totale étant impossible à garantir, la réglementation européenne interdit la mention « écran total ». La catégorie de protection et le facteur de protection solaire (FPS ⁽¹⁾) doivent être indiqués de façon visible : faible (FPS 6 ou 10), moyenne (FPS 15, 20 ou 25), haute (FPS 30 ou 50) ou très haute protection (FPS 50+).

Un guide pour le choix d'un produit de protection solaire, disponible sur le site de l'Afssaps, www.afssaps.fr, rubrique « Dossiers thématiques » > « Sécurité des produits cosmétiques » > « Produits solaires », précise quelle protection est la mieux adaptée selon le type de peau et le type d'exposition au soleil.

L'association Sécurité solaire propose des informations sur son site internet, www.soleil.info, et par téléphone, au 01 42 58 00 60.

(1) FPS ou IP (indice de protection) ou SPF (sun protection factor).



© BSIP/CARDOSO