

# PROTÉGEZ L'ENVIRONNEMENT DE BÉBÉ DES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

## PARLEZ-EN À VOTRE PÉDIATRE

### LIMITEZ LES PRODUITS COSMÉTIQUES

#### PRODUITS DE BEAUTÉ

Évitez l'utilisation de produits cosmétiques contenant:  
Phtalates, Alkylphénols, E320,  
Triclosan, MIT, MCIT

Évitez les filtres solaires BP-3, 4-MBC,  
préférez les protections textiles  
à fibres serrées.

PAPA &  
MAMAN

#### PRODUITS NON RINÇABLES

Évitez: fonds de teint, crèmes,  
rouges à lèvres, vernis,  
produits mis après la douche,  
coloration de cheveux

BÉBÉ

#### LE BAIN

Le bain doit rester le plus naturel.  
Limitez les produits cosmétiques  
avec parfums et conservateurs  
pour votre bébé. Évitez les lotions  
après le bain.

#### LE CHANGE

Préférez l'eau,  
le liniment oléo-calcaire pur,  
les changes lavables  
ou couches non toxiques.  
Limitez les lingettes. Privilégiez celles  
sans conservateur.  
Pas de phénoxyéthanol



# PROTÉGEZ L'ENVIRONNEMENT DE BÉBÉ DES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

## PARLEZ-EN À VOTRE PÉDIATRE

### AVANT & PENDANT LA GROSSESSE

Protégez-vous de l'exposition aux  
Perturbateurs Endocriniens

Risque de pathologies congénitales  
ou de maladies chroniques à distance,  
chez l'enfant, à l'âge adulte, chez ses descendants.

#### ATTENTION

bisphénol A, phtalates, parabènes, perfluorés, dioxines,  
PCB, pesticides, polybromés, formaldéhydes,  
phénoxyéthanol, alkylphénols.

## NUTRITION ENVIRONNEMENT

### DÈS LA NAISSANCE

Utilisez des biberons en verre  
en relais de l'allaitement maternel.

Ne chauffez pas les aliments  
dans des contenants en plastique.

### PRÉVENTION ET ALIMENTATION

Privilégiez le bio, lavez et épluchez les fruits et légumes (pesticides).

Évitez la consommation de SOJA pendant la grossesse  
et pour votre enfant (phytoestrogènes).

Limitez la consommation de: poissons de fleuve (PCB),  
thon, saumon et espadon (métaux lourds et pesticides).

Évitez les plats préparés, les conserves et contenants en plastique.  
Évitez le contact d'aliments chauds avec du plastique (microondes),  
préférez un mode de cuisson doux.

Évitez la consommation de produits contenant des parabènes cachés  
E214 à E 219 (sirop, jus concentré).

Préférez les ustensiles en céramique et en verre.



# PROTÉGEZ L'ENVIRONNEMENT DE BÉBÉ DES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

## PARLEZ-EN À VOTRE PÉDIATRE

### LES TRAVAUX

Pendant la grossesse  
et les premiers mois de bébé.  
Limitez les travaux d'isolation, pose de P.V.C.,  
colle, peinture, revêtements de sol.  
Les poussières concentrent les P.E.  
(perturbateurs endocriniens)  
et les composés organiques volatiles (C.O.V.)  
Privilégiez les matériaux de bricolage  
à niveau d'émission de COV type A/ A+.

### CHAMBRE DE BÉBÉ

### JOUETS, VETEMENTS

Privilégiez les textiles en matière  
naturelle non traités ou labellisés.  
(Oeko-Tex 100/100, label EKO, Naturtextil).  
Lavez les vêtements neufs (alkylphénols).  
Lavez les jouets lavables.  
Sortez les jouets de leur emballage  
plusieurs jours avant

### L'AMÉNAGEMENT

Limitez les poussières domestiques (contaminants),  
Aspirez régulièrement avec un aspirateur à filtre HEPA.  
Limitez l'utilisation de retardateurs de flamme bromés.  
(textiles d'ameublement, revêtements, isolants)  
Déballez en extérieur et aérez les meubles en aggloméré.  
Attendez plusieurs jours avant de les monter (présence de formaldéhyde, benzène)  
N'utilisez jamais les insecticides (même bio à base de pyréthrine naturelle).  
Attention aux traitements antipuces et antiacariens. (animaux de compagnie)  
La pollution de l'air intérieur est supérieure à celle extérieure.  
Aérez la maison, la chambre régulièrement.

