

# L'agglomération et les communes contre les perturbateurs endocriniens

Dans le cadre de la signature de la **Charte Villes et territoires sans Perturbateurs Endocriniens** par la Communauté d'agglomération de Cergy-Pontoise et la plupart des communes du territoire, les premières actions de sensibilisation se mettent en place.

## Que sont les perturbateurs endocriniens ? Où les trouver et comment s'en protéger ?



### Qu'est-ce que sont les perturbateurs endocriniens ?

Le système endocrinien a pour fonctions essentielles la production et la libération des hormones dans l'organisme. Une fois celles-ci en action, elles permettent de gérer la quantité de phénomènes physiologiques comme la croissance, la reproduction, le stress, la température corporelle ou encore la faim.

Très finement régulé, ce système est facilement perturbé par des substances chimiques environnantes : **les perturbateurs endocriniens**. Une fois assimilés par notre organisme, ils peuvent mimer ou bien bloquer l'action, la libération et le transport d'une hormone.

Ce sont des **polluants invisibles** qui sont malheureusement présents au quotidien, dans notre environnement intérieur et extérieur. On les retrouve dans nos cosmétiques (hygiène et beauté), notre alimentation ou encore dans l'air intérieur.

### Où se trouvent-ils ?

Qu'ils soient dans les crèmes démaquillantes, les mousses à raser, les dentifrices..., référez-vous aux labels notifiés sur les produits bio qui excluent les PE (Cosmebio, Natrue, Nature et Progrès). Des applications mobiles existent pour s'informer sur la composition de produits.

En terme d'alimentation, ce que nous mangeons et buvons est la première source d'exposition que ce soit par son contenant (bisphénol dans les boîtes de conserves, phtalates dans les emballages plastiques ou perfluorés dans les ustensiles de cuisine), par les ustensiles utilisés lors de sa préparation ou bien dans son milieu naturel par des polluants retrouvés dans son écosystème (pesticides, microplastiques, etc.).

### **Quelques conseils pour les éviter :**

- Privilégier les produits frais, non-transformés, éviter les ustensiles de cuisine traités au téflon, pour favoriser l'inox et la fonte.
- Écarter les récipients, biberons, films et tous les emballages alimentaires en plastique.
- Fuir les boîtes de conserve et canettes, sauf mention « sans BPA », et privilégier les conditionnements en verre.

Sous forme de composés organiques volatiles et de poussières, la pollution intérieure est également une forte source d'exposition. Les perturbateurs endocriniens se nichent dans une multitude d'objets

de notre quotidien : des phtalates sont présents dans les sols en PVC, et d'autres présents dans les produits ménagers, peintures, colles ou résines.

### **Des astuces pour une maison saine :**

- Aérer et dépoussiérer régulièrement.
- Utiliser des produits ménagers naturels comme le vinaigre blanc, le savon noir et le bicarbonate de soude.
- Préférer le carrelage et le vrai lino à la moquette et bannir les sols en PVC.
- Garder les appareils électroniques hors des chambres.
- Ne diffuser ni aérosol ni parfum d'intérieur chimique si vous devez rester chez vous. Préférer des diffuseurs d'huiles essentielles.
- Privilégier les jouets en bois ou en tissu non traités et/ou des marques européennes qui offrent des garanties.

### **Les actions mises en place par l'Agglomération de Cergy et par la ville**

- Interdire l'usage des produits phytosanitaires et biocides qui contiennent des perturbateurs endocriniens sur leur territoire en accompagnant les particuliers, les propriétaires de zones et d'établissements privés désirant appliquer ces dispositions.
- Réduire l'exposition aux perturbateurs endocriniens dans l'alimentation en développant la consommation d'aliments biologiques et en interdisant l'usage de matériels pour cuisiner et chauffer comportant des perturbateurs endocriniens.
- Favoriser l'information de la population, des professionnels de santé, des personnels des collectivités territoriales, des professionnels de la petite enfance, des acteurs économiques de l'enjeu des perturbateurs endocriniens.
- Mettre en place des critères d'éco-conditionnalité interdisant les perturbateurs endocriniens dans les contrats et les achats publics.
- Informer tous les ans les citoyens sur l'avancement des engagements pris.

**La ville d'Éragny** a récemment testé la mise place d'une vaisselle végétale au sein du restaurant scolaire Henri-Fillette. Les résultats encourageants ont permis d'augmenter le niveau d'autonomie des enfants (vaisselle plus légère et facile à manipuler), de limiter les risques de troubles musculosquelettiques chez les agents de restauration grâce à un poids réduit et également d'éviter l'utilisation de plastique.

Les Éragniens recevront prochainement un guide qui sera mis à disposition des communes et des cabinets médicaux généralistes du territoire.

Documents

[Les perturbateurs endocriniens, une lutte de l'Agglomération](#)

Liens utiles

[En savoir plus sur les actions de la ville](#)