

LES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS



C'EST PAS SI SIMPLE : ÇA PEUT CONTENIR DES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS QUI DÉRÈGENT TES HORMONES.



LE MIEUX C'EST DE PRENDRE PEU DE PRODUITS ET DE BIEN LES CHOISIR. VOIS ÇA AVEC TON DERMATO.



un groupe
thématique
de la



Quelques références :

- Stratégie nationale sur les perturbateurs endocriniens | Ministère du Partenariat avec les territoires et de la Décentralisation Ministère de la Transition écologique, de l'Énergie, du Climat et de la Prévention des risques Ministère du Logement et de la Rénovation urbaine : www.ecologie.gouv.fr/politiques-publiques/strategie-nationale-perturbateurs-endocriniens
- Fiche INCA : www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Catalogue-des-publications/Perturbateurs-endocriniens

- Endocrine Disruptor List : www.edlists.org
- Fiches infos patients - Union Régionale des Professionnels de Santé Médecins Libéraux PACA : www.urps-ml-paca.org/fiches-infos-patients-2/
- www.lesperturbateursendocriniens-mamaison.com
- ANSES



LES PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

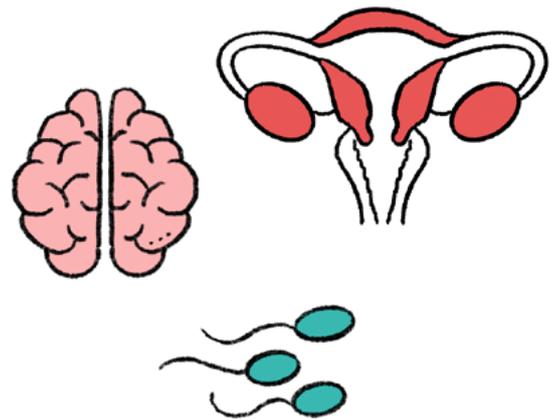


C'est quoi un perturbateur endocrinien ?

Il s'agit d'une **substance** ou d'un **mélange de substances**, qui altère les fonctions de ton **système hormonal** et qui provoque des **effets négatifs** sur ta santé (une hormone est une substance fabriquée par ton corps et qui agit comme un messageur entre les organes).

Quels sont les risques pour ta santé ?

Les perturbateurs endocriniens sont impliqués dans les **troubles génitaux** (en particulier puberté qui survient trop tôt, troubles de la reproduction chez les filles et les garçons), l'**obésité**, le **diabète**, les **troubles du développement du cerveau** et les **maladies de la thyroïde**.



Comment s'en protéger ?

- Essaie de **manger bio**
- Évite les barquettes alimentaires en **plastique**
- Pour les cosmétiques : **limite leur nombre**, préfère ceux avec **peu d'ingrédients** et aide-toi des applis comme INCI beauty, Yuka, quel produit,...

Si tu veux plus d'informations, parles-en à ton dermatologue et tu peux aussi aller voir là :

<https://lesperturbateursendocriniens-mamaison.com>