

CHOISIR SES GAMMES & ACCOMPAGNER LES PATIENTS

OUTILS & RESSOURCES

Santé environnementale : pourquoi l'intégrer en officine ?

La santé environnementale étudie l'impact des facteurs environnementaux (air, eau, alimentation, cosmétiques, perturbateurs endocriniens, polluants...) sur la santé. La réglementation européenne autorise la présence de perturbateurs endocriniens dans les cosmétiques. Cette autorisation est encadrée par une évaluation de la sécurité pour la santé humaine. Elle concerne à la fois le produit fini et ses ingrédients. Elle repose également sur le respect du règlement européen sur les cosmétiques. Ce règlement inclut des listes positives et négatives d'ingrédients. Il comprend aussi des listes d'ingrédients soumis à restriction.

Cependant, la prudence demeure nécessaire. Elle est particulièrement recommandée pour les populations vulnérables telles que les femmes enceintes, les femmes allaitantes, les jeunes enfants. Cela peut aussi inclure les personnes souffrant d'allergies.

Enjeux pour l'officine

- **Répondre** aux attentes croissantes des patients.
- **Renforcer** le rôle de conseil du pharmacien.
- **Faire évoluer** le rôle du pharmacien vers une approche plus globale de la santé.
- **Se différencier** par un positionnement responsable.
- **Contribuer** activement à la prévention des risques sanitaires liés à l'environnement en synergie avec les autres professionnels formés : sage-femmes, puéricultrices, médecins... (expositions aux perturbateurs endocriniens et leurs conséquences possibles : allergies, pathologies respiratoires).
- **Engager** une démarche qualité à l'officine pour répondre à l'enjeu du choix des labels de confiance (**une fiche sera intégrée sur notre site PHARMAPRAT**).

Comment choisir les gammes à proposer ?

1 Vérifier les labels de confiance

Labels cosmétiques et produits d'hygiène :

- ✓ Cosmos Organic et Cosmos Natural,
- ✓ Ecocert,
- ✓ Nature & Progrès,
- ✓ Cosmebio,
- ✓ Natrue.

Produits ménagers / entretien :

- ✓ Écolabel Européen,
- ✓ NF Environnement,
- ✓ Ecocert-Écodétergent.

2 Les faux amis

- ✓ **Attention au greenwashing**, une pratique marketing qui consiste à donner une image écologique à un produit ou à une entreprise alors que leurs pratiques ne le sont pas réellement. Privilégier les labels officiels plutôt que les mentions vagues ("naturel", "clean", "green").
- ✓ **Certaines allégations** n'apportent pas de réelles garanties, comme par exemple « **formule testée dermatologiquement** » ou encore le terme « **dermocosmétique** » n'a pas de cadre spécifique au-delà du cadre réglementaire cosmétique.
- ✓ **Les mentions « sans », « sans bisphénols » ou « sans parabènes »** ne constituent pas systématiquement une garantie de sécurité. Elles ne répondent pas à une question essentielle : par quoi ces ingrédients sont-ils remplacés ?

3 Analyser la composition

Critères simples à appliquer en officine, en particulier pour les publics vulnérables :

- ✓ liste INCI courte,
- ✓ sans parfum ou parfum d'origine naturelle (surtout pour les femmes enceintes et les bébés),
- ✓ tensioactifs doux (coco-glucoside, decyl glucoside...),
- ✓ présence d'un label.
- ✓ absence de :
 - Parabènes exemples : *ethylparaben, methylparaben, propylparaben, butylparaben,*
 - Phénoxyéthanol (surtout bébé),
 - Triclosan,
 - BHT/BHA,
 - Phtalates, Diethyl phthalate,
 - Silicones non biodégradables : *le cyclopentasiloxane,*
 - Nanoparticules (hors médicaments) visible sous le format entre crochet : *titanium dioxyde [nano].*

4 Outils d'aide à la décision

Des applications gratuites existent pouvant vous aider à choisir entre plusieurs gammes :

- ✓ INCI Beauty,
- ✓ UFC-Que Choisir,
- ✓ Base de données ECHA,
- ✓ Yuka.

Point de vigilance :

il est important de comprendre les critères de notation de chaque application. Ainsi certaines se basent sur la dangerosité de la substances (plus ou moins importante), d'autres sur le risque qu'elle représente (dose, type d'utilisation).

Comment sensibiliser et impliquer l'équipe officinale ?

✓ **Argumentaire simple pour le comptoir :**

- « Cette gamme est certifiée Cosmos Organic, ce qui garantit... »
- « On privilégie des formules courtes et sans substances controversées. »
- « Pour les femmes enceintes, on recommande des produits sans perturbateurs endocriniens suspectés. »

✓ **Conseils en officine périnatalité :**

inviter la patiente à s'interroger sur ses besoins réels afin de limiter le nombre de produits cosmétiques utilisés **pendant la grossesse**. Lorsque cela est possible :

- privilégier des produits labellisés ou comportant une liste d'ingrédients courte,
- être particulièrement attentif pour les produits non rincés,
- ainsi que pour ceux utilisés fréquemment ou appliqués sur de grandes surfaces corporelles (ex. : crème de jour, lait corporel).

Zoom sur les conseils spécifiques pour le bébé

Produits d'hygiène : le nourrisson a besoin de peu de produits. Un produit lavant doux (savon ou syndet) est généralement suffisant. Éviter les produits parfumés.

Soin du siège : les maternités recommandent un nettoyage du siège à l'eau ou à l'eau savonneuse, suivi d'un rinçage et d'un séchage soigneux. Cette pratique contribue à prévenir l'érythème fessier. En cas de persistance ou d'aggravation des lésions, orienter vers un médecin.

Crème de change : elle n'est pas nécessaire à chaque change. En cas d'érythème fessier, privilégier des pâtes à l'eau, généralement moins riches en ingrédients ou une crème labellisée.

Point de vigilance :

soyez attentif aux **compléments alimentaires** ou aux **produits de substitution**, qui peuvent entraîner des excès ou des **surdosages** potentiellement nocifs pour le fœtus ou l'enfant (ex. vitamine D, iode...). N'hésitez pas à engager le dialogue avec la **femme enceinte** pour connaître tous les compléments qu'elle consomme, même ceux achetés sans prescription. De la même façon, ouvrez le dialogue sur les huiles essentielles déconseillées durant cette période (cf. **fiche pratique huiles essentielles**)

Mise en avant en officine

- ➔ **Affichage avec gommettes** à coller sur les produits en fonction des scores Yuka ou Incy Beauty.
- ➔ **Affichage pédagogique** ou **brochure** sur des produits sûrs pour la santé et l'environnement.
- ➔ **Mois thématique** par exemple : *mois "bébé sans perturbateurs endocriniens"*
- ➔ Création d'un **espace dédié** dans l'officine.
- ➔ **Valorisation** de ces produits **au comptoir**.

Outils & ressources

- ➔ **APPA** – Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique
- ➔ **Projet FEES** – Femmes Enceintes Environnement et Santé