

Paris, le 22 avril 2026

Information presse

Utiliser moins de cosmétiques permet de réduire rapidement l'exposition à certains polluants chimiques et perturbateurs endocriniens comme le bisphénol A



Les scientifiques ont notamment observé une baisse de près de 40 % de la concentration urinaire de bisphénol A (BPA), une substance classée comme « très préoccupante », perturbateur endocrinien avéré et reprotoxique présumé par les autorités sanitaires. Crédit : Adobe Stock

Utiliser moins de produits cosmétiques et de soin peut réduire rapidement l'exposition à plusieurs substances chimiques incluant des perturbateurs endocriniens avérés ou suspectés, selon une étude publiée le 7 avril dans *Environment International* par des chercheurs de l'Inserm, de l'Université Grenoble Alpes et du CNRS, au sein de l'Institut pour l'avancée des biosciences et soutenue par la Commission européenne. Menée auprès d'une centaine d'étudiantes, elle montre que diminuer le nombre de produits cosmétiques et de soin utilisés et recourir à des alternatives exemptes de plusieurs composés suspectés d'être d'avoir des effets néfastes sur la santé (dont le méthylparabène et certains phtalates) s'accompagne d'une baisse des concentrations urinaires de ces substances en seulement cinq jours. Une diminution de la concentration du bisphénol A est également observée. Cette substance, classée par l'Union européenne comme « très préoccupante », est un perturbateur endocrinien avéré et reprotoxique présumé, désormais interdit dans les cosmétiques. Pour la première fois dans ce type d'étude, les chercheurs ont réalisé une évaluation d'impact

en santé, visant à estimer les bénéfices potentiels, sanitaires et économiques, d'un tel changement de routine cosmétique à l'échelle de la population.

Les substances cancérigènes et reprotoxiques sont interdites dans les cosmétiques en Europe, mais de nombreuses substances présentes dans les produits d'hygiène et les cosmétiques, telles que certains phénols, les phtalates, et le méthylparabène ont des effets délétères pour la santé sont suspectés d'effets délétères sur la santé, et notamment des effets de perturbation endocrinienne. Elles pourraient interférer avec le système hormonal et, par ce biais, être associées à des effets potentiels sur la fertilité et le développement de l'enfant, en particulier en cas d'exposition pendant la grossesse.

Afin d'évaluer dans quelle mesure l'usage de produits cosmétiques et d'hygiène influence l'exposition à ces composés, des scientifiques de l'Inserm, de l'Université Grenoble Alpes et du CNRS (Institut pour l'avancée des biosciences) ont mené une étude¹ auprès d'une centaine d'étudiantes grenobloises âgées de 18 à 30 ans. Pendant cinq jours, elles ont réduit le nombre de produits cosmétiques utilisés et, pour les produits d'hygiène tels que le savon ou le dentifrice, ont remplacé leurs produits habituels par des alternatives fournies par l'équipe de recherche et exemptes de phénols synthétiques, parabènes, de phtalates et d'éthers de glycol.

La comparaison des dosages urinaires réalisée avant et après ces cinq jours de restriction d'usage des cosmétiques montre une baisse significative des biomarqueurs d'exposition à ces substances : près d'un quart en moins (-22 %), pour le phtalate de monoéthyle (MEP), issu de composés utilisés notamment pour fixer les parfums, -30 % pour le méthylparabène², un conservateur et possible perturbateur endocrinien, selon les autorités européennes. Le propylparabène³, autre possible perturbateur endocrinien selon la même source, a par ailleurs été moins fréquemment détecté à l'issue de l'intervention.

« Ce qui est intéressant, c'est la rapidité avec laquelle on observe ces diminutions, en seulement cinq jours. C'était attendu, du fait de l'élimination rapide de ces substances par nos organismes. C'est encourageant, notamment car ces substances sont suspectées d'avoir des effets sur la reproduction, le système hormonal et le développement », explique Nicolas Jovanovic, doctorant à l'université Grenoble Alpes et premier auteur de l'étude.

Les scientifiques ont également observé une baisse de 39 % de la concentration urinaire de bisphénol A (BPA), une substance classée comme « très préoccupante » (SVHC, pour *Substance of Very High Concern*), perturbateur endocrinien avéré et reprotoxique présumé par les autorités sanitaires, c'est-à-dire identifiée comme capable d'interférer avec le système hormonal et d'avoir des effets sur la reproduction et le développement de l'enfant, et pouvant être présente dans certains contenants de produits cosmétiques et d'hygiène.

« Le bisphénol A n'est plus autorisé en France depuis 2005 comme ingrédient dans les produits de soin et cosmétiques en raison de son caractère reprotoxique. Sa présence pourrait être liée à des contaminations survenues au cours du processus de fabrication ou via les matériaux d'emballage. S'il est fortement restreint dans les matériaux en contact avec les aliments en Europe, ce n'est pas le cas des matériaux utilisés pour les contenants de produits de soin, cosmétiques et d'hygiène », précise Claire Philippat, chercheuse Inserm et dernière autrice de l'étude.

Pour la première fois dans ce type d'étude, les chercheurs ont réalisé une évaluation d'impact en santé, visant à estimer les bénéfices potentiels, sanitaires et économiques, d'un tel changement de routine cosmétique à l'échelle de la population.

« En se concentrant sur le bisphénol A, nous avons estimé que ce changement de routine cosmétique pourrait prévenir environ 4 % des cas d'asthme chez les enfants exposés in utero. Ces bénéfices pour la santé s'accompagneraient également de bénéfices économiques, avec une économie potentielle allant jusqu'à 9,7 millions d'euros par an en coûts de traitement et d'hospitalisation. Il s'agit de projections hypothétiques, mais ces résultats soulignent les enjeux

¹ Cette étude a été financée par Horizon Europe 2020 (N° 874583 ATHLETE Project)

² https://edlists.org/search?search_api_fulltext=m%C3%A9thylparab%C3%A8ne

³ <https://edlists.org/substance/propyl-4-hydroxybenzoate-propylparaben>

majeurs de santé publique liés à une réduction de l'exposition à ces composés », complète Remy Slama, directeur de recherche à l'Inserm.

« Nos résultats montrent que les produits cosmétiques contribuent à l'exposition à des substances associées à des risques pour la santé, et que cette exposition peut être réduite en utilisant moins de produits et en optant pour des produits d'hygiène et des cosmétiques dont ces substances sont absentes », souligne Claire Philippat.

Au-delà des seuls efforts individuels, les auteurs soulignent également que des mesures réglementaires sur la composition des produits et de leurs emballages seraient plus susceptibles de réduire durablement l'exposition de l'ensemble de la population. *« En l'absence de logo obligatoire indiquant la présence de substances dangereuses dans les cosmétiques, il est très difficile pour chacun d'interpréter leurs emballages et d'éviter ceux contenant des substances préoccupantes »,* indique Remy Slama.

« Ces résultats soulignent l'importance de la réglementation des substances chimiques dans les produits de consommation courante pour protéger la santé de la population », conclut Claire Philippat.

Sources

Levers to decrease exposure to harmful chemicals: the case of Personal Care Products and cosmetics

Nicolas Jovanovic^a, Franziska Bright^a, Cathrine Thomsen^b, Ronan Garlantezec^c, Audrey Rocabois^a, Rosemary RC McEachan^d, Tiffany C Yang^d, Amrit K Sakhib, Cécile Chevrier^e, Sandrine Mathy^f, Rémy Slama^{g,h}, Sarah Lyon-Caen^a, Martine Vrijheid^{i,j,k}, Claire Philippat^a

a University Grenoble Alpes, Inserm, CNRS, Team of Environmental Epidemiology Applied to Reproduction and Respiratory Health, Institute for Advanced Biosciences (IAB), Grenoble, France

b Norwegian Institute of Public Health, Oslo, Norway

c Université de Rennes, CHU Rennes, Inserm, EHESP, IRSET (Institut de Recherche en Santé, Environnement et Travail) - UMR_S 1085, F-35000 Rennes, France

d Bradford Institute for Health Research, Bradford Teaching Hospitals NHS Foundation Trust, Bradford, UK

e Université de Rennes, Inserm, EHESP, IRSET (Institut de Recherche en Santé, Environnement et Travail) - UMR_S 1085, F-35000 Rennes, France

f Université Grenoble Alpes, CNRS, INRAE, Grenoble INP, GAEL, 38000 Grenoble, France

g SMILEteam, Institut de Biologie de l'ENS (IBENS), Ecole Normale Supérieure, Université PSL, CNRS, Inserm F-75005 Paris, France

h PARSEC (ParisResearchinHealth, Environment and Climate), Inserm and Ecole Normale Supérieure, Inserm F-75005 Paris, France

i ISGlobal, Barcelona, Spain

j Universitat Pompeu Fabra, Barcelona, Spain

k Spanish Consortium for Research on Epidemiology and Public Health (CIBERESP), Mad

Environment International, 7 avril 2026

DOI : doi.org/10.1016/j.envint.2026.110243

Contact scientifique

Claire Philippat

Chercheuse Inserm
U1209 Institut pour l'avancée des biosciences (Inserm/Cnrs/Université Grenoble Alpes)
claire.philippat@inserm.fr

Contact presse

presse@inserm.fr



Accéder à la [salle de presse de l'Inserm](#)