

SOTTEVILLE

LE JOURNAL DES SOTTEVILLAIS

MAG

#OCTOBRE 2020



ère ville engagée
contre les
perturbateurs
endocriniens





Sotteville, ville sans perturbateurs endocriniens

La Ville de Sotteville-lès-Rouen s'est engagée en février 2020, aux côtés du Réseau Environnement Santé, comme « ville et territoire sans perturbateurs endocriniens ».

Les perturbateurs endocriniens sont des substances chimiques d'origine naturelle ou artificielle étrangères à l'organisme humain et qui peuvent interférer avec le fonctionnement de celui-ci. On peut en trouver dans notre alimentation, dans les produits d'entretien, dans les sols ou les peintures... Ils jouent un rôle dans la progression d'un certain nombre de maladies (cancers, obésité, diabète...).

A travers la signature de cette charte, la Ville s'engage à agir pour réduire l'exposition des habitants à ces perturbateurs endocriniens. Nous rendrons compte régulièrement de l'avancée de ces sujets. Nous vous donnons rendez-vous le 6 octobre à 18h30 pour une conférence publique sur ce thème, en présence de M. André Ciccolella, président du Réseau Environnement Santé.

Le commerce à l'honneur

Le samedi 10 octobre se déroulera la journée nationale du commerce de proximité. De nombreux commerçants sottevillais organiseront des animations dans leurs commerces. Cette journée est l'occasion de mettre en avant les savoir-faire locaux.

Le commerce local participe grandement à l'animation de nos quartiers et de notre ville, il favorise aussi le lien social. Durant le confinement, nous avons été nombreux à apprécier cette présence de proximité, notamment pour l'alimentation. Pour d'autres activités, cette période a été plus difficile, avec plusieurs semaines de fermeture.

A l'occasion de la journée nationale du commerce de proximité, soyons donc nombreux à nous rendre dans les magasins sottevillais pour témoigner de notre solidarité et de notre attachement.

Bien cordialement

Votre Maire,
Luce Pane

Qui sont les PE ?

Produits chimiques de synthèse, les perturbateurs endocriniens (PE) sont partout : dans l'air que l'on respire, dans ce que l'on mange, dans de nombreux matériaux... En perturbant le système hormonal, ils sont aujourd'hui associés à la multiplication des maladies chroniques. Pour mieux les débusquer, apprenons à les connaître !



Ils répondent aux noms barbares de bisphénol A (BPA), phtalate ou encore perfluoré (PFC). Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), les perturbateurs endocriniens (PE) sont « *des substances ou un mélange de substances, qui altèrent les fonctions du système endocrinien et de ce fait induisent des effets néfastes dans un organisme intact et dans celui de sa descendance* ». Ces composés se retrouvent principalement dans le plastique, les pesticides mais aussi dans les médicaments, les produits cosmétiques... Leur impact sur la santé n'est plus à prouver : les PE interfèrent avec notre système hormonal et peuvent affecter la croissance, la reproduction, le comportement, la nutrition, le métabolisme, le système nerveux... « *Avec le recul, on associe de plus en plus l'exposition précoce à plusieurs maladies chroniques en pleine expansion : obésité, diabète, cancers, troubles de la reproduction, asthme, troubles comportementaux...* » confirme le Réseau Environnement Santé (lire notre encadré). « *L'équilibre de notre système hormonal étant très fragile, son dérèglement peut avoir de lourdes conséquences, en particulier dans les premières étapes de la vie pendant lesquelles nos*

hormones jouent un rôle important dans le développement physiologique de l'individu. » C'est ainsi que les études et travaux des organismes de santé dont l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) parle de fenêtre d'exposition : « *La sensibilité aux perturbateurs endocriniens peut varier selon les périodes de la vie. C'est notamment le cas de la période du développement du fœtus et de la petite enfance, qui présentent une sensibilité accrue à ces substances. La mise en place de la puberté est également une période sensible* » Et l'INSERM (Institut national de la santé et de la recherche médicale) d'ajouter : « *L'effet transgénérationnel de certains PE montre que le risque sanitaire ne concerne pas uniquement la personne qui est exposée, mais aussi sa descendance.* »

BIBERONS AU BISPHÉNOL

Alors que les études ont montré que 100% de la population est touchée par les perturbateurs endocriniens, « *on observe parfois des effets plus importants à faibles doses qu'à doses élevées. Pas si illogique, car les hormones naturelles agissent*



aussi dans une gamme de concentration très faible » précise le RES « Pour les experts des PE, c'est donc moins sur la dose qu'il faut focaliser l'attention scientifique mais bien sur la période d'exposition de l'individu. »

Aujourd'hui classée par la justice européenne comme « substance extrêmement préoccupante », le bisphénol A (BPA) entrant dans la composition des biberons en plastique, est pointé du doigt dès 2009 par le Réseau Environnement Santé. Des dizaines de villes prennent ainsi la décision de retirer ces biberons de leurs structures petite enfance. En 2010, la France vote la loi interdisant la fabrication, l'importation, l'exportation et la mise sur le marché de tout conditionnement à vocation alimentaire contenant du BPA.

D'autres composés sont aujourd'hui dans le collimateur des scientifiques : les phtalates qui entrent dans la composition des « plastifiants des PVC mais on les retrouve également dans l'alimentation, l'environnement intérieur, les cosmétiques, les dispositifs médicaux et les médicaments, les vieux jouets en plastique » ; les parabènes qui, par leurs propriétés antibactériennes sont « employés dans les médicaments, les aliments, les boissons et plus de 80% des produits cosmétiques » ; les perfluorés (PFC), anti-taches et hydrofuges, qui « sont des polluants omniprésents dans l'environnement et peuvent

persister dans notre organisme pendant des années » ; les pesticides dont une quarantaine a été qualifiée de perturbateurs endocriniens lorsqu'ils se retrouvent dans notre l'alimentation...

Quelques gestes simples permettent d'éviter ou tout du moins de limiter l'exposition aux perturbateurs endocriniens, retrouvez quelques conseils en page 16.

Le réseau environnement santé

Sous la présidence d'André Cicoella, chimiste et toxicologue, le Réseau Environnement Santé a été créé en 2009 pour « mettre la santé environnementale au cœur des politiques publiques. Nos plus grandes actions visent notamment à limiter l'exposition de la population et de son écosystème aux perturbations endocriniennes ». En créant la charte d'engagement « villes et territoires sans perturbateurs endocriniens », le Réseau Environnement Santé a décidé de s'appuyer sur « Les collectivités locales (qui) ont un rôle particulier car, outre leur capacité à toucher l'ensemble des citoyens, elles disposent du levier économique de la commande publique et peuvent agir sur la formation des professionnels au niveau local. » En signant cette charte qui engage sur 5 points (phytosanitaires, alimentation, formation, marchés publics, information de la population), Sotteville-lès-Rouen rejoint ainsi plus de 250 collectivités adhérentes et devient la première ville de Normandie à s'engager dans cette voie.

■ Reseau-environnement-sante.fr



SANTÉ

Une lutte quotidienne

Afin de permettre à chacun d'agir pour limiter son exposition aux perturbateurs endocriniens de nouveaux comportements peuvent être adoptés au quotidien. L'exposition aux perturbateurs endocriniens intervient principalement de deux manières, à savoir par la voie alimentaire et aérienne.



Crédit photo : Admestock.com

SOIGNER SON ALIMENTATION

De nombreux travaux menés sur le bisphénol A et ses dérivés ont montré que l'alimentation représentait 80 % de l'exposition de la population à cette substance. Dès lors il est nécessaire de privilégier les aliments d'origine biologique ainsi que le « fait maison » en utilisant des produits frais ou des aliments surgelés non préparés comme des légumes ou des filets de poisson nature. Il est de fait conseillé d'éviter les plats préparés et les autres produits ultra-transformés comme les barres chocolatées, les encas sucrés et salés, les sodas qui de plus contiennent de nombreux additifs (colorants, émulsifiants, conservateurs, arômes...). Les boîtes de conserve sont à éviter et les contenants en verre à privilégier. Il est également préférable d'utiliser de la céramique, de la fonte ou le fer pour la cuisson plutôt que le Téflon, de la même manière qu'il convient de limiter les récipients ou les films sans oublier les barquettes en plastique. S'il fallait adopter un seul réflexe : éviter de chauffer des aliments ou de mettre des aliments chauds dans des contenants en plastique.

POUR UNE MEILLEURE QUALITÉ DE L'AIR

Selon l'Observatoire de la qualité de l'air intérieur, on passe en moyenne 80 % de notre temps dans des environnements clos (domicile, locaux de travail, école, transports). Or, l'air intérieur est pollué, notamment par des substances chimiques émises par différentes sources (meublier, moquette, objets de décoration, produits d'entretien, peintures...). Afin de réduire la pollution de l'air intérieur, Santé publique France recommande d'aérer au moins 10 minutes par jour son logement, quelle que soit la période de l'année. Cette aération doit être plus importante lors de travaux de bricolage, de cuisine, de ménage... Dans ce cadre, il est important de limiter l'usage en nombre et en quantité des produits d'entretien, de respecter leurs conditions d'utilisation et de ne jamais les mélanger. Il est d'ailleurs recommandé d'utiliser des produits comme le vinaigre blanc, le bicarbonate de soude et le savon noir. De manière générale il est conseillé d'éviter les sources de polluants de l'air intérieur (diffuseurs d'odeurs, sprays, encens, bougies parfumées).

BÉBÉ ET MAMAN AU PREMIER PLAN

Tous ces conseils s'appliquent particulièrement à des publics plus fragiles comme les femmes enceintes et les jeunes enfants. Il est donc recommandé d'utiliser le moins possible de crèmes et cosmétiques pour les femmes enceintes et les nourrissons, d'éviter les parfums et produits parfumés mais également les teintures pour cheveux, y compris celles dites « naturelles » comme le henné. Pour préserver la santé des plus jeunes, de nouvelles habitudes doivent être prises, à savoir privilégier le verre pour les biberons mais également celui des matériaux sans polycarbonate pour les robots, la vaisselle et les ustensiles du bébé ; du bois et du tissu non traités pour les jouets et se référer au label et marques qui affichent des garanties. Enfin pour les adultes comme les plus jeunes, il est nécessaire de laver les vêtements neufs avant de les porter.

LA VILLE EN ACTION

Sotteville engagée

Soucieuse du bien-être lié à l'environnement et souhaitant préserver la santé des habitants, la Ville a été l'une des premières collectivités à approuver l'adhésion à la charte « Ville et territoires sans perturbateurs endocriniens ». Elle est engagée par ailleurs dans la COP 21 locale depuis 2018 et mène depuis de nombreuses années sur son territoire, des actions visant à limiter l'exposition aux perturbateurs endocriniens.



ANTICIPER

Afin de prévenir la présence de perturbateurs endocriniens, la Ville assure une plus grande vigilance. C'est pourquoi une grille de critères spécifique a été développée dans le cadre des contrats de marchés publics afin de favoriser des pratiques plus vertueuses. Ainsi, la Ville mène une politique volontariste en matière de préservation de la qualité de l'air intérieur et de protection de la santé humaine avec notamment, l'achat de mobilier et de fournitures sans perturbateurs endocriniens pour les garderies, crèches, écoles et résidences pour personnes âgées. Peintures et revêtements de sol sont également choisis dans une optique de diminution des perturbateurs endocriniens. Une étude de la qualité de l'air intérieur dans certains bâtiments municipaux va débiter en 2020. De nouveaux tests, qui auront lieu en 2021, permettront de mesurer l'impact de la mise en place de ces nouvelles pratiques sur la présence des perturbateurs endocriniens : ces pratiques sont la mise en place de la ventilation double flux dans certains bâtiments municipaux et le remplacement de produits d'entretien par des produits éco responsables, le vinaigre blanc, le savon noir, le bicarbonate de soude.

PRÉSERVER

Depuis de nombreuses années, la Ville a stoppé l'usage des produits phytosanitaires qui contiennent également des perturbateurs endocriniens, pour l'entretien de ses espaces verts. Elle accompagne les particuliers et les établissements privés via des actions de sensibilisation. Tout au long de l'année le service environnement organise des opérations comme « La ville par nature », en vue de supprimer totalement l'usage des produits phytosanitaires sur la commune. Ainsi Sotteville pratique le « Zéro Phyto » depuis 1996 et elle a d'ailleurs été labellisée au plus haut niveau par la FRE-DON (Fédération Régionale de Défense contre les Organismes Nuisibles) dans le cadre de la Charte d'entretien des espaces publics en 2018. Afin de réduire l'exposition aux perturbateurs endocriniens dans le cadre de la restauration municipale, la part de l'alimentation biologique ne cesse de se développer et l'usage de contenants et de matériels de cuisine comportant des perturbateurs est interdit et remplacé par des contenants en inox. Par ailleurs, la Ville privilégie l'achat de couches éco labellisées dans les structures petite enfance et démocratise le nettoyage à la vapeur, déjà effectif à l'espace multi-accueil Les Chatons barbouilleurs, à la crèche collective Les jeunes pousses ainsi qu'à la résidence autonomie Madeleine Riot. Tout au long de l'année, la Ville sensibilise les Sottevillais sur les bonnes pratiques à adopter lors de diverses manifestations, à l'image de Terra Cité.

Le 6 octobre, la Ville officialisera son engagement en signant la charte « Villes et territoires sans perturbateurs endocriniens » à l'occasion d'une conférence débat en présence d'André Cicolella, chimiste, toxicologue, et président du Réseau Environnement Santé.