



COLLÈGE DE
DERMOCOSMÉTOLOGIE
UNILEVER

Tout savoir sur les
parabènes

Qu'est-ce qu'un parabène ?

Sous le terme « parabène », on entend une famille de substances chimiques. Il en existe plusieurs qui diffèrent les uns des autres par leur structure.

Généralement obtenus par synthèse, **les parabènes existent aussi à l'état naturel dans un certain nombre d'aliments**. Ils sont ainsi présents dans la mûre, l'orge, la fraise, le cassis, la vanille, la carotte, la pêche, les haricots blancs, le pamplemousse ou l'oignon, ou encore dans des aliments préparés à partir de plantes (jus de raisin, vin blanc, vinaigre de vin...), les extraits de levure et certains fromages.

On les trouve également dans les produits fabriqués par les abeilles (propolis, gelée royale...). **Ils sont par ailleurs naturellement présents dans le corps humain** et peuvent être produits par certaines bactéries marines comme moyens de défense vis-à-vis d'autres microorganismes.



À quoi servent les parabènes ?

Les parabènes sont utilisés en tant que conservateurs, depuis plus de 80 ans, en raison de leurs excellentes propriétés antifongique et antimicrobienne.

Ils peuvent être employés seuls ou en mélange en fonction des besoins.

Le rôle des conservateurs, c'est de limiter, ralentir ou stopper la croissance des bactéries, levures, champignons ou moisissures. Ils évitent donc les risques de contamination aussi bien lors de la fabrication du produit ou des matières premières que lors de l'utilisation du produit par le consommateur. **Ils protègent ainsi la santé et la sécurité des consommateurs** et empêchent la dégradation du produit.



Dans quels produits trouve-t-on des parabènes ?

Les parabènes sont présents dans un grand nombre de produits que nous utilisons quotidiennement :

- dans des milliers de **produits cosmétiques d'hygiène et de beauté** tels que : le maquillage, les shampooings, les crèmes hydratantes, les crèmes dépilatoires, les mousses à raser, les gels nettoyants, les lubrifiants, les dentifrices...
- dans des milliers de **produits alimentaires** : les parabènes sont utilisés comme additifs - étiquetés sous les appellations E214, E215, E218 et E219 - dans les gâteaux, boissons sucrées, crèmes et pâtes, confitures, gelées, viandes, édulcorants de table, amuse-gueules, confiseries, conserves et sirops...
- ainsi que dans des centaines de **médicaments** tels que les crèmes désinfectantes, sirops contre la toux, gouttes nasales ou auriculaires, ovules et suppositoires, traitements contre les troubles intestinaux, produits contre la douleur ou encore les antibiotiques...



Prenons-nous un risque pour notre santé lorsque nous employons un cosmétique contenant des parabènes ?

Les cosmétiques obéissent à un certain nombre d'exigences réglementaires et sont régulièrement contrôlés par les autorités. En France et en Europe, la liste des conservateurs autorisés est extrêmement réglementée.

Les parabènes sont ainsi autorisés dans les produits cosmétiques jusqu'à une concentration totale de 0,80 %. Néanmoins leur usage porte à controverse depuis quelques années en raison d'une possible action de leur part sur la fertilité, le développement des organes sexuels ainsi que sur certaines tumeurs (sein, prostate, testicules).

Aucune étude réalisée à ce jour n'a mis en évidence de risques pour la santé liés à l'utilisation des parabènes dans les cosmétiques.

Bien au contraire, le Comité Scientifique sur la Sécurité des Consommateurs a récemment revu ces études et a conclu qu'on pouvait continuer d'utiliser les parabènes dans les produits cosmétiques sans risque pour la santé comme cela est fait depuis de nombreuses années, ceux-ci faisant partie des conservateurs les mieux tolérés*.

Pour utiliser votre produit cosmétique en toute sécurité, pensez à vous laver les mains avant emploi, bien refermer votre produit après emploi et bien respecter la période après ouverture symbolisée par un pot ouvert sur l'emballage.

* SCCS/1446/11 Scientific Committee on Consumer Safety Clarification on Opinion SCCS/1348/10 in the light of the Danish clause of safeguard banning the use of parabens in cosmetic products intended for children under three years of age. 10 October 2011. http://ec.europa.eu/health/scientific_committees/consumer_safety/docs/sccs_o_069.pdf

Que penser des produits « Sans parabène » ? « Sans conservateur » ?

Les conservateurs sont indispensables dans un grand nombre de produits cosmétiques. **En leur absence, ces produits ne se conserveraient que quelques jours au réfrigérateur, et pourraient à la fois être plus facilement contaminés et compromettre la sécurité des consommateurs.**

Néanmoins, en raison des nombreuses rumeurs circulant à leur sujet, **un certain nombre de produits cosmétiques sont mis à l'heure actuelle sur le marché avec des mentions du type « Sans conservateur » ou encore « Sans parabène ».**

La mention « Sans parabène » est devenue un argument permettant surtout de rassurer les consommateurs inquiets. Elle ne signifie pas pour autant qu'il n'y a pas de conservateur mais que le produit est probablement préservé par un autre système de conservateurs. En effet, il ne peut pas être mis sur le marché de produits qui pourraient être contaminés ou facilement contaminables.

Certaines catégories de produits n'ont pas besoin de conservateur. C'est le cas par exemple des produits solides, pasteurisés, en conditionnement unique, des soins anti-acné ou encore de certaines crèmes antirides aux acides de fruits. De même, lorsque le produit a une teneur élevée en alcool ou en huiles essentielles ou lorsqu'il contient des substances antibactériennes, l'addition de conservateurs parmi ceux autorisés n'est pas nécessaire. Ces produits peuvent donc bénéficier de la mention « Sans conservateur ».

Dans tous les cas, avec ou sans parabène, avec d'autres conservateurs ou sans conservateur, les produits cosmétiques constituent des produits sûrs pour la santé des consommateurs, garantis par une des réglementations les plus strictes au monde, la réglementation européenne.

Vous souhaitez poser vos questions au sujet des parabènes directement aux membres du Collège de Dermocosmétologie ou obtenir des informations complémentaires, n'hésitez pas à nous contacter : college.dermocosmetologie@unilever.com.