

protégezvous

28 mai 2016

Sent-bon, chandelles et huiles parfumées: désodorisants ou polluants?

Par Isabelle Ducas

Mise en ligne : février 2012 | Magazine : mars 2012



Photo: Shutterstock, Réjean poudrette, istockphoto

En tentant de chasser les mauvaises odeurs de la maison, vous y introduisez peut-être des substances nocives pour la santé.

On trouve certains parfums d'intérieur sous forme de chandelles; d'autres se branchent ou fonctionnent à piles, propulsant un jet à intervalles réguliers, alors que d'autres encore sont dotés d'un détecteur de mouvement ou même d'un détecteur de mauvaises odeurs qu'ils tentent aussitôt de masquer. Les trois quarts des ménages américains utilisent des «sent-bon». Au cours de la dernière décennie, leurs ventes ont augmenté de 6 % par année, pour atteindre un total de 3,3 milliards de dollars en 2010 chez nos voisins du Sud, selon la firme de marketing Kline & Company.

Les consommateurs, qui ont réduit leurs dépenses depuis la récession et font moins de sorties, voient dans ces produits une façon peu coûteuse d'améliorer leur intérieur. Pourtant, depuis quelques années, les parfums d'intérieur ont mauvaise presse. «Des études ont démontré que, comme de nombreux produits parfumés, ils contiennent des substances chimiques, dont l'utilisation est liée à plusieurs problèmes de santé comme le cancer ou des problèmes respiratoires», explique Rick Smith, directeur d'Environmental Defence Canada, un groupe qui milite pour une meilleure réglementation des ingrédients utilisés pour fabriquer des produits de consommation.

Plusieurs organismes tels que la Direction de santé publique du Québec et la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) recommandent carrément aux consommateurs de ne pas utiliser de désodorisants pour la maison. Santé Canada ne fait toutefois aucune mise en garde particulière au sujet de ces produits. L'organisme indique seulement que «certaines personnes particulièrement sensibles aux polluants chimiques» peuvent être incommodées par les désodorisants d'intérieur.

La plus récente phase de son Plan de gestion des produits chimiques (PGPC), annoncée en octobre 2011, prévoit l'examen de centaines de substances chimiques présentes dans les produits de consommation, indique Olivia Caron, porte-parole de Santé

Canada. «Si une substance présente un risque pour les consommateurs ou l'environnement, le gouvernement prendra les mesures qui s'imposent pour atténuer ce risque», explique-t-elle.

Des études alarmantes

En attendant, plusieurs recherches indépendantes sur la composition des chasse-odeurs donnent aux consommateurs des raisons de s'inquiéter. L'une des dernières, publiée en 2010 par une ingénieure en environnement de l'Université de Washington, Anne Steinemann, fait état d'une trentaine de substances toxiques trouvées dans 25 désodorisants d'intérieur et autres produits parfumés d'entretien ménager et de soins personnels. Certaines de ces substances, comme le formaldéhyde et le chlorure de méthylène, sont des cancérigènes potentiels. D'autres peuvent provoquer des problèmes de fertilité, des irritations des yeux ou de la peau, des étourdissements, des maux de tête, des nausées, de l'asthme ou divers problèmes respiratoires.

D'autres études menées aux États-Unis et en Europe au cours des dix dernières années pointent du doigt les phtalates, un groupe de produits chimiques accusés de perturber le système endocrinien et de causer des cancers. Un rapport publié en 2007 par le Natural Resources Defense Council souligne que, parmi 14 désodorisants choisis au hasard, 12 contenaient des phtalates, utilisés pour prolonger l'effet des parfums. On retrouve ces substances tant dans les produits à vaporiser que dans les gels ou les huiles. Les phtalates seraient particulièrement présents dans les appareils que l'on branche pour chauffer une huile et en diffuser l'odeur.

Santé Canada affirme «surveiller étroitement les données scientifiques sur ces ingrédients», précisant que certains phtalates seront évalués en priorité dans son PGPC. «Mais jusqu'à maintenant, Santé Canada a déterminé qu'un seul phtalate pose un risque pour la santé humaine, soit le DEHP, une substance qui n'est pas présente dans les assainisseurs d'air», soutient Olivia Caron.

«Naturels», mais pas toujours inoffensifs

Même des produits qui semblent a priori plus naturels soulèvent des doutes. D'après l'Union fédérale des consommateurs, une association française, l'encens, le papier d'Arménie et la lampe Berger peuvent émettre entre autres des phtalates, du benzène, du formaldéhyde (trois cancérigènes potentiels) ou du toluène (qui affecterait le système nerveux). Et les chandelles parfumées, qui semblent bien inoffensives? Elles dégageraient les mêmes substances. En plus, leur combustion libère de la suie, dommageable pour la qualité de l'air.

Les huiles essentielles ne seraient pas en reste: certaines diffuseraient des terpènes, substances irritantes – d'ailleurs, plusieurs des huiles vendues dans le commerce sont en réalité des produits synthétiques. À cause des préoccupations grandissantes des consommateurs quant aux effets de ces produits sur leur santé, les fabricants développent de nouvelles formules, mais les mentions «bio» ou «naturel» sur les emballages ne garantissent pas l'absence de nocivité, selon l'étude d'Anne Steinemann.

Des étiquettes peu bavardes

Aucune loi n'oblige les fabricants de désodorisants pour la maison à divulguer la liste de leurs ingrédients, une aberration que dénonce Rick Smith, d'Environmental Defence. Une telle obligation inciterait les entreprises à changer leurs recettes, croit-il. «Dès que les manufacturiers seront obligés de révéler tous les produits chimiques qu'ils utilisent, ils les élimineront, parce qu'ils savent que ça nuira à leurs ventes», soutient-il. L'Association canadienne de produits de consommation spécialisés (ACPCS), dont font partie certains fabricants de désodorisants d'intérieur tels que S.C. Johnson (Glade et Oust), Procter & Gamble (Febreze) et Reckitt Benckiser (Air Wick), souligne que ses membres divulguent volontairement leurs ingrédients depuis 2010.

Au départ, la composition des fragrances qui parfument leurs produits n'était pas précisée – on indiquait seulement «fragrance» ou «parfum» sur la liste d'ingrédients. Mais depuis janvier 2012, les membres de l'ACPCS s'engagent à dévoiler aussi la liste des produits chimiques qui composent leurs fragrances. «L'industrie a pris les devants pour répondre aux préoccupations des consommateurs et être plus transparente», souligne Shannon Coombs, présidente de l'ACPCS. Cependant, rares sont les fabricants qui divulguent les ingrédients sur l'emballage de leurs produits. Il faut plutôt chercher sur leur site Web pour obtenir l'information, qui n'est pas toujours facilement repérable.

De toute façon, plutôt que de scruter les ingrédients des «sent-bon», les consommateurs devraient tout simplement éviter ces produits, selon Marc Geet Éthier, auteur des guides écolos Ménage vert et Zéro toxique. «Nous sommes devenus dépendants des odeurs, lance-t-il. Mais l'odeur du propre n'est pas nécessairement parfumée. Il y a un gros ménage à faire dans nos produits ménagers et les gens n'en sont pas assez conscients.»



Aérez!

La meilleure façon d'éliminer les mauvaises odeurs et d'améliorer la qualité de l'air de votre maison, c'est d'aérer tous les jours. En été, il est conseillé d'aérer surtout le matin, alors que l'ozone (polluant principal de l'atmosphère en cette saison) est au plus bas. En hiver, on aère le soir quelques minutes, alors que les polluants les plus présents à cette période de l'année (dioxyde de soufre et d'azote) sont à leur plus bas.

Ça sent mauvais dans la maison? Bien des consommateurs ont le réflexe d'utiliser des désodorisants d'intérieur vendus en magasin pour masquer les relents. Ils ont tort. Si ça sent mauvais, c'est qu'il y a un problème quelque part, potentiellement dangereux pour la santé, auquel il faut s'attaquer. Une poubelle pleine? Des aliments gâtés? L'humidité ou la moisissure? Une accumulation de linge sale? Une souris morte dans un mur? Les causes peuvent être multiples. Voici quelques sources possibles d'odeurs nauséabondes à domicile:

- Animaux de compagnie et leur litière;
- Torchons humides;
- Tapis imprégnés de poussière ou de saletés;
- Conduits d'évier ou de lavabo bouchés;
- Cigarette.

Petits gestes pour chasser les mauvaises odeurs:

- Installez des paillassons aux entrées, à l'extérieur, pour enlever le maximum de saleté avant d'entrer dans la maison;
- Retirez vos chaussures à l'intérieur;
- Gardez votre intérieur propre et exempt de poussière;
- Changez souvent les chiffons et serviettes à mains, chaque jour si vous les utilisez beaucoup;
- Rincez les emballages de viande et de poisson avant de les jeter à la poubelle;
- Congelez les déchets périssables (par exemple restes de viande et de poisson) jusqu'au moment de la collecte des ordures;
- Sortez régulièrement les poubelles;
- Débloquez vos canalisations – y verser chaque semaine de l'eau bouillante peut aider;
- Vérifiez les joints d'étanchéité autour des lavabos, douches et baignoires;
- Lavez les tapis au moins une ou deux fois par an;
- Disposez dans le frigo un sachet de café fraîchement moulu pour absorber les mauvaises odeurs;
- Décorez votre maison de plantes dépolluantes, comme le ficus benjamina, le palmier dattier, le lierre, le chlorophytum (plante araignée) et la fougère;
- Pour chasser rapidement une mauvaise odeur (par exemple dans la salle de bains...), craquez simplement une ou deux allumettes.

Recettes maison pour parfumer l'intérieur:

- Versez dans un bol du vinaigre et quelques gouttes de jus de citron pour dissiper les odeurs de fumée ou de friture;
- Faites bouillir dans de l'eau des tranches de citron, des bâtons de cannelle, du clou de girofle ou des feuilles de menthe, qui répandront leur arôme dans la maison;
- Pour désodoriser les placards, placez-y des zestes d'agrumes dans un sachet de tissu;
- Fabriquez un pot-pourri en utilisant des pétales de rose, des fleurs de lavande, des bâtons de cannelle ou des écorces d'agrumes. Placez dans une soucoupe, un pot en verre ou un bocal en le recouvrant d'une gaze découpée pour éviter que la poussière ne s'y dépose.

Sources: Ménage vert, Marc Geet Éthier, Éditions Trécarré; ecolife.com; sante.planet.fr; plantes-depolluantes.com