

Des produits chimiques éternels partout, apparemment. Que faire ? En tout cas, ne désespérez pas, mais engagez-vous pour le changement et misez sur des alternatives dans votre vie privée !

Les produits chimiques PFAS, appelés « produits chimiques éternels », sont des substances qui se dégradent très difficilement dans l'environnement et s'accumulent progressivement dans notre alimentation, dans l'eau et même dans le corps humain. Le groupe de ces substances est très vaste, leur comportement, leurs effets et leur dangerosité pour la santé sont très variables. Malheureusement, les recherches montrent de plus en plus qu'un certain nombre d'entre elles présentent des risques potentiels pour la santé. Pour certaines substances, ces risques ont déjà été prouvés et elles sont donc déjà réglementées. Pour d'autres molécules, comme les TFA, l'évaluation des risques est en cours.

La situation est donc grave, **mais ce n'est pas une raison pour désespérer !**

Il est vrai que les **progrès vraiment importants ne peuvent être réalisés que si les responsables politiques agissent** : en instaurant des règles plus strictes, en améliorant la surveillance et en prenant des mesures claires pour réduire les PFAS et les interdire à long terme. C'est pourquoi il est si important de s'adresser aux responsables politiques et de soutenir les ONG environnementales telles que le Mouvement Ecologique, qui s'engagent avec compétence et persévérance en faveur de ces changements.

Dans le même temps, une question très légitime se pose : **que peut-on faire en tant que particulier ?** Même si la **marge de manœuvre individuelle est limitée, il existe des mesures modestes mais utiles pour réduire son exposition personnelle aux PFAS** et apporter ainsi une contribution modeste mais efficace.

Vous trouverez ici une série de liens et de conseils pratiques qui peuvent vous aider dans votre vie quotidienne.

1. Sur cette page interactive suisse, vous pouvez découvrir de manière claire où se cachent **les PFAS dans votre propre maison** :

<https://www.konsumentenschutz.ch/online-ratgeber/gefaehrliche-pfas-die-wichtigsten-infos-ueber-die-ewigkeitschemikalien/>

Cependant, ce site ne propose pas d'alternatives, c'est pourquoi nous vous conseillons de consulter les autres liens.

2. Vous pouvez découvrir **des cosmétiques sans PFAS** grâce à l'application Toxfox de l'association allemande BUND :

https://play.google.com/store/apps/details?id=de.bund.toxfox&hl=de_CH&gl=US

3. L'exemple le plus connu de PFAS : la poêle revêtue. Vous trouverez ici des conseils sur la manière **d'utiliser correctement** les poêles sans PFAS, c'est-à-dire **les poêles non revêtues** en acier inoxydable, etc. (en français) :

<https://reporterre.net/Inox-fonte-ceramique-On-a-cherche-une-poele-sans-PFAS>

4. De nombreuses **marques de vêtements outdoor** renoncent désormais aux PFAS (attention, toutes les marques mentionnées ici ne sont pas issues d'une production biologique et donc moins polluante, la liste sur ce site externe se concentre sur les PFAS) :

<https://www.thegoodgoods.fr/media/sante-environnement/que-sont-les-pfas-ou-polluants-eternels-quelles-sont-les-marques-doutdoor-pfas-free/>

5. Liste des **alternatives aux PFAS pour l'industrie**, ce document est plutôt de nature technique et chimique. Il n'est pas immédiatement exploitable par les profanes, mais on voit qu'il existe des alternatives. Peut éventuellement être utilisé comme moyen de pression pour les entreprises :

<https://www.beroeinc.com/resource-centre/insights/potential-safer-substitutes-pfas-forever-chemicals>

6. Optez pour **des aliments produits sans pesticides, par exemple des aliments biologiques**. Outre leur valeur ajoutée générale pour la nature, leur culture n'a certainement pas nécessité l'utilisation de pesticides PFAS. Malheureusement, cela ne vous protège pas entièrement contre les apports atmosphériques diffus de TFA, mais l'exposition devrait être nettement moindre dans l'ensemble (cf. [étude PAN Europe sur le vin](#)).

→ La synthèse est « en cours d'élaboration » : la population, la science, la politique et l'industrie sont confrontées à un défi de taille en raison des produits chimiques éternels, mais la pression en matière d'innovation permet de trouver des solutions ! La France, par exemple, a déjà interdit une série de produits contenant des PFAS et l'Allemagne n'autorisera plus les jouets pour enfants contenant des PFAS à partir de 2030.

Si vous disposez de bonnes sources d'informations sur les alternatives sans PFAS, n'hésitez pas à nous les communiquer : claire.wolff@oeko.lu