

Quelles solutions pour éviter que les PFAS nuisent à notre santé?

POLLUANTS Les PFAS, substances présentes dans de nombreux objets du quotidien et dans notre environnement, sont surveillés de près pour protéger notre santé. Pour réduire les risques, des alternatives sont à notre portée.

PAR YANNICK BARILLON, JOURNALISTE RP

Les substances per-et polyfluoroalkylées les PFAS sont partout. Pourtant, elles présentent des risques pour la santé humaine. L'étude des effets de ces produits chimiques très variés dans leurs composants reste encore lacunaire. En Suisse, une étude nationale est en cours pour compléter les connaissances. Fabriquées par l'industrie, ces substances sont pourtant très utiles, explique Morgane Jotterand, médecin chargée de recherche à Unisanté: «Les PFAS ont des propriétés hydrophobes et antiadhésives. Elles sont très utilisées pour la fabrication de textiles imperméables, et pour toute une série d'objets du quotidien.» Malheureusement avec le temps, ces substances libérées pénètrent les sols, les eaux des rivières, puis in fine notre nourriture et dans une moindre mesure l'air que nous inhalons.

Un enjeu de santé publique majeur

Le problème avec les PFAS, précise Morgane Jotterand, c'est qu'ils ne se dégradent quasiment pas: «Ils restent très longtemps dans la nature, impactant notre environnement. On parle de polluants éternels.» Les résultats de la biosurveillance humaine, publiés par l'OFSP en 2023, révèlent aussi leur présence dans des échantillons prélevés dans la population. «La concentration élevée de PFAS dans le sang peut changer la réponse immunitaire, notamment lors de vaccination. Elle peut aussi modifier le métabolisme du cholestérol ou diminuer le poids d'un enfant à la naissance», souligne la Dre. Ainsi, plus notre corps contient de PFAS, plus les risques pour notre santé sont élevés. Quant aux cancers, aux problè-

MIEUX CONSOMMER POUR RÉDUIRE LES PFAS DANS LE CORPS?

OBJETS AVEC PFAS

POÊLES ANTIADHÉSIVES

PAPIER SULFURISÉ

VÊTEMENTS IMPERMÉABLES

SPRAY D'IMPRÉGNATION

FARTS FLUORÉS POUR SKI

EMBALLAGES ALIMENTAIRES

COSMÉTIQUES

PISTES D'ALTERNATIVES

POÊLES EN INOX OU EN FONTE

PAPIER SANS PFAS, TAPIS EN SILICONE

VÊTEMENTS DE SECONDE MAIN, LABELS SANS PFAS

SPRAY SANS PFAS, CIRE NATURELLE

FARTS POUR SKI SANS FLUOR

PRIVILÉGIER LE VERRE ET LE MÉTAL

PRIVILÉGIER LES LABELS CERTIFIÉS NATURELS

Quelques applications
pour analyser rapidement
la composition des produits:



SCAN4CHEM
SCAN DE
PRODUITS



YUKA
SCAN DE
PRODUITS



INCI BEAUTY
ANALYSE DE PRODUITS
COSMÉTIQUES

«ON A PROBABLEMENT TOUS DES PFAS DANS LE CORPS, ON PEUT LIMITER LEUR QUANTITÉ PAR LE BIAIS DE PRODUITS ALTERNATIFS EXEMPTS DE CES SUBSTANCES.»

MORGANE JOTTERAND
MÉDECIN CHARGÉE DE RECHERCHE À UNISANTÉ

mes thyroïdiens, urinaires ou rénaux, le principe de précaution s'applique. «Un faisceau d'indices ne suffit pas à établir un lien de causalité directe», confie Morgane Jotterand.

Où trouve-t-on des PFAS?

Concrètement, les PFAS se retrouvent dans de nombreux objets du quotidien, tels que les

poêles antiadhésives, le papier sulfurisé, les vernis, les cosmétiques, les produits phytosanitaires, les vêtements de sport ou les textiles imperméables. Les farts fluorés de ski en contiennent aussi. L'application de ce type de fart libère des vapeurs toxiques qu'il faut éviter d'inhaler. Par ailleurs, quand les skis frottent la neige, des particules se déversent dans la nature, polluant les sols et les eaux des lacs. L'adjoint de la cheffe du service de l'environnement, Yves Degoumois relève: «Nous n'effectuons pas de contrôle systématique des PFAS sur les pistes de ski, mais en 2021, les valeurs des échantillons analysés n'étaient pas plus élevées que dans les forêts ou en zone habitée.»

Des pistes pour réduire les PFAS

Pour les farts fluorés, le rapport de l'OFEV de janvier 2025 mentionne les efforts de la Fédé-

ration internationale de ski qui a interdit leur utilisation dans ses directives. Les grands fabricants se sont conformés à cette obligation en proposant des farts sans fluor. L'OFEV encourage les sportifs amateurs à acheter de tels produits pour protéger l'environnement. Yves Degoumois précise que: «Le canton établit actuellement une collaboration avec les magasins de sport afin de collecter les anciens farts fluorés ramenés par les clients.» Summit Foundation sensibilise aussi le public par une campagne d'affichage en cours sur les farts avec PFAS. Pour les autres objets du quotidien, Morgane Jotterand suggère: «On a probablement tous des PFAS dans le corps, on peut limiter leur quantité par le biais de produits alternatifs exempts de ces substances.» Elle cite quelques exemples: «Les vêtements de seconde main contiennent moins de PFAS en raison de leur usure, il existe aussi des marques sans PFAS. Mieux vaut utiliser des casseroles en inox et éviter les emballages alimentaires plastique. On peut aussi scanner les codes QR des produits avec des applications telles que Yuka ou Scan4chem.» ●

L'AVIS DE L'EXPERT

PFAS: quels risques pour nos denrées alimentaires?

En Valais, le Service de la consommation et des affaires vétérinaires (SCAV) exécute une surveillance des denrées alimentaires basée sur le risque. Linda Bapst, cheffe du SCAV précise: «Nous contrôlons les valeurs limites maximales fixées par l'ordonnance fédérale sur les contaminants pour toute une série de PFAS dans la viande, le poisson et les œufs. Les PFAS étant liposolubles et présents dans l'environnement, ces denrées peuvent les accumuler. Actuellement, aucune donnée officielle de contrôle pour le Valais ne démontre de risques et des dépassements des denrées alimentaires mises sur le marché.» Linda Bapst rappelle qu'en 2023, des échantillons de poissons de

piscicultures valaisannes ont été analysés sans révéler de risque. Elle confirme que les résultats 2024 pas encore publiés ne démontrent aucune non-conformité. Qu'en est-il des PFAS dans l'eau potable? La cheffe de service explique que les distributeurs d'eau potable doivent s'assurer de la conformité de l'eau qu'ils distribuent, mais «La campagne d'analyse menée en 2023 par l'association des chimistes cantonaux n'a pas révélé de dépassement des valeurs maximales légales pour le Valais.» Linda Bapst souligne que l'eau du robinet est potable et conforme au droit en vigueur. Des mesures préventives ont également été prises, suite à des contrôles de concentration de

PFAS dans les eaux et sur les poissons de cours d'eau et d'étangs. L'adjoint de la cheffe du service de l'environnement, Yves Degoumois confie: «Aujourd'hui 4 sites contaminés bénéficient d'un confinement hydraulique et la pêche est interdite dans 2 étangs du Chablais et le long du canal Stockalper. Pour le reste, les valeurs sont conformes aux exigences fédérales édictées il y a un an pour les poissons.» ●



LINDA BAPST
Cheffe du Service cantonal
de la consommation
et des affaires vétérinaires (SCAV)

PARTENAIRES

DSSC Service cantonal
de la santé publique
www.vs.ch/sante

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
www.promotionsantevalais.ch

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE
LUNGENLIGA WALLIS
www.liguepulmonaire-vs.ch

POUR EN SAVOIR PLUS...

