Publié sur *écoconso* (https://www.ecoconso.be)

9 CONSEILS POUR UTILISER SES PRODUITS D'ENTRETIEN SANS DANGER

ARTICLES

[*mise à jour : 03/2022*]

Derrière leur air anodin, les produits d'entretien entraînent des risques pour la santé et l'environnement. Voici nos conseils d'utilisation pour nettoyer sans danger.

Qui a déjà lu l'étiquette de ses produits d'entretien ? Ça a de quoi faire peur. Pourtant, c'est essentiel pour s'assurer de bien les utiliser. Pour réduire les risques pour la santé et l'environnement, on peut évidemment aussi opter pour des produits ménagers écologiques.

> **Lire aussi : Comment choisir un produit d'entretien écologique ?**

Quel que soit le produit, on adopte surtout quelques bonnes habitudes pour réduire la pollution de l'air intérieur, préserver sa santé, protéger l'environnement et nettoyer sans risque. Conseils.

1. Lire scrupuleusement l'étiquette
2. Aérer
3. Privilégier les moyens mécaniques ou chimiques doux
4. Utiliser du matériel écologique
5. Entretenir régulièrement sa maison
6. Économiser l'eau et l'énergie
7. Éviter les mélanges
8. Enregistrer le numéro du Centre Antipoison
9. Respecter les consignes de tri

- - - - - - - - - - - - - - - - - -

1. Lire scrupuleusement l'étiquette

C'est le premier réflexe à avoir, qu'on utilise des produits d'entretien conventionnels ou écologiques. Ce geste indispensable est pourtant rarement réalisé[1]. L'étiquette regorge d'informations utiles et importantes pour utiliser le produit avec attention et sécurité. Elles expliquent les conditions dans lesquelles le produit est dangereux (en contact avec la peau, par exemple) ou détaillent la façon la plus sûre d'utiliser le produit (en portant des gants, par exemple).

Respecter le dosage

La dose optimale conseillée par le fabricant est précisée sur l'étiquette. Ajouter plus de produit n'est pas gage d'efficacité ! Au contraire, on gaspille, on risque de produire trop de mousse et de rendre le produit difficile à rincer… Sans parler de l'impact environnemental.

On dose avec encore plus de précaution les produits concentrés et on n'hésite pas à diminuer la dose recommandée en cas de salissures légères.

Les quantités sont indiquées en millilitres ou en nombre de bouchons pour x litres d'eau. On adapte donc le dosage à la quantité d'eau réellement utilisée. Certains dosages dépendent du degré de saleté ou de la dureté de l'eau. C'est le cas pour les lessives.

> **> Lire comment bien doser son produit de lessive ?**

Respecter les conditions d'utilisation

Elles sont souvent écrites en tout (tout) petit, sans mise en forme didactique qui faciliterait la lecture. Il est pourtant important d'y jeter un œil.

On vérifie notamment :

- Les éventuels pictogrammes de danger. Ils sont accompagnés de conseils de prudence.
- Le matériel de protection à revêtir pour ne courir aucun danger lors de l'utilisation. Il peut s'agir de gants, de lunettes de protection, de vêtements de protection…. La liste des avertissements avant d'utiliser un gel WC a de quoi donner le tournis. De quoi inciter à opter pour des produits d'entretien plus écologiques à l'avenir !

À gauche : exemple d'étiquette avec pictogramme, indication de danger et conseils de sécurité (source)

À droite : exemple de gel wc corrosif et dangereux pour l'environnement qui nécessite le port de gants, de lunettes et vêtements de protection.

- Les parties du corps avec lesquelles le produit doit éviter tout contact (la peau, les yeux…) pour agir et s'équiper en conséquence.
- Les endroits où l'on peut ou non utiliser le produit. C'est important si on veut utiliser le produit dans une toilette ou salle de bain sans aération, par exemple.
- Le temps de pose. C'est particulièrement important pour certains types de produits comme les désinfectants. Sans cela, leur efficacité n'est pas garantie.
- D'autres informations pertinentes liées à l'utilisation : tenir éloigné d'une source de chaleur, éviter le rejet dans l'environnement, conserver hors de portée des enfants…
- Certains symboles de sécurité sont présents sur certaines marques de produits. Ils émanent des industriels qui produisent certains détergents et produits d'entretien. On peut se renseigner sur leur signification via cleanright.be.

Source : cleanright

2. Aérer

On ouvre les fenêtres 10 à15 minutes matin et soir pour renouveler l'air et évacuer les polluants intérieurs.

On prend aussi le réflexe d'aérer quand on utilise des produits d'entretien afin de bien ventiler la pièce dans laquelle on est en train de nettoyer. On ouvre les fenêtres au minimum pendant 10 minutes après le nettoyage (et durant aussi si c'est possible). Cela permet d'évacuer au maximum les composés qui se dégagent des produits d'entretien employés.

Les produits d'entretien contribuent à la pollution chimique de nos habitations où l'on passe 90 % de notre temps[2]. Même si les risques semblent rester faibles pour la santé, leur utilisation peut émettre

des COV (composés organiques volatils pouvant provoquer des troubles respiratoires, des irritations, des réactions allergiques…), des terpènes et autres composés de parfums (irritants, allergènes…), des phtalates (perturbateurs endocriniens…)[3]… C'est aussi le cas de composés présents dans les produits d'entretien écologiques, comme les huiles essentielles. Malgré leur origine naturelle[4], elles sont sources de COV et peuvent engendrer des polluants secondaires[5]. Raison de plus pour limiter les quantités et se renseigner sur leurs usages.

Quand ce n'est pas possible d'aérer ou pour davantage de précautions, on peut également porter un masque afin d'éviter les désagréments des produits d'entretien. C'est le cas pour les produits d'entretien conventionnels mais aussi naturels (même le vinaigre, selon le magazine 60 millions de consommateurs [6] !).

Dans tous les cas, pour diminuer la pollution de l'air intérieur[7], on adopte deux bonnes habitudes : réduire le nombre de produits d'entretien qu'on utilise et sélectionner ceux respectueux de la santé et de l'environnement.

> **Lire aussi : Comment choisir un produit d'entretien écologique ?**

Dans la même logique, mieux vaut délaisser les désodorisants et autres parfums d'intérieur au profit de l'aération.

3. Privilégier les moyens mécaniques ou chimiques doux

Face à une salissure ou un problème d'entretien, le réflexe est souvent de penser à quel produit utiliser. Mais avant d'en arriver là, on peut opter pour des moyens mécaniques ou chimiques doux : utiliser une ventouse ou un furet en cas d'évier bouché[8], un grattoir en cas de salissure tenace (si la surface le permet), laisser tremper dans de l'eau quelques heures un plat à gratin…

On pense aussi aux procédés de nettoyage pour lesquels de l'eau seule suffit et aux alternatives qui demandent peu ou pas de produits d'entretien. C'est le cas de la microfibre ou du nettoyeur vapeur.

4. Utiliser du matériel écologique

Si opter pour des produits d'entretien écologiques, c'est bien, les utiliser en combinaison avec du matériel écologique, c'est encore mieux ! On pense par exemple à du matériel de récup' comme :

- des éponges tawashi réalisées à partir de tissu de récup' pour remplacer nos éponges ;
    - Découvrir comment fabriquer une éponge tawashi (vidéo)
- des collants filés ou troués pour prendre les poussières ;
- des anciennes têtes de brosses à dents pour frotter les petites surfaces à récurer ;
- …

> Voir comment atteindre l'objectif zéro déchet pour le ménage

On peut aussi opter pour du matériel porteur de labels écologiques, comme des microfibres avec le label Nordic Swan, des lavettes en coton bio avec le label GOTS, des brosses en bois FSC…

> Découvrir les labels par catégorie de produits.

5. Entretenir régulièrement sa maison

Voilà un conseil qui ne va pas plaire aux récalcitrants du ménage ! Pourtant, un entretien régulier permet de réduire l'usage de produits agressifs et de prolonger la durée de vie des équipements.

Sans devenir maniaque, on peut par exemple :

- essuyer la cuisinière après chaque préparation de repas pour éviter l'usage de produits à récurer puissants ;
- éponger les coulées de nourriture dans le four après chaque cuisson pour éviter de les recuire et de les rendre difficiles à nettoyer ;
- passer rapidement la raclette sur les parois de la douche après chaque utilisation pour limiter l'accumulation de calcaire ;
- enlever les restes de nourriture sur la vaisselle avant de la mettre au lave-vaisselle (sans eau, en raclant) pour éviter qu'il ne s'encrasse ;
- détacher les vêtements et autres textiles le plus rapidement possible pour maximiser les chances d'enlever les taches avec des astuces naturelles ;
- dépoussiérer et nettoyer régulièrement les grilles de ventilation, de hotte… pour les garder propres au maximum ;
- entretenir les appareils en lien avec le nettoyage, comme le lave-vaisselle et le lave-linge, pour leur garantir de bons résultats de lavage et une durée de vie allongée ;
- …

6. Économiser l'eau et l'énergie

Utiliser l'eau chaude avec parcimonie

Le nettoyage peut très bien s'effectuer à l'eau froide ou tiède plutôt qu'à l'eau bouillante, surtout pour un entretien courant. On économise ainsi de l'énergie et on préserve sa peau. On réserve alors l'eau chaude pour les taches plus coriaces ou si on nettoie uniquement à l'eau.

Limiter les quantités d'eau

Il n'est pas toujours nécessaire de remplir un seau d'eau entier ou de laisser couler l'eau pendant qu'on récure la douche. Quand c'est possible, on économise l'eau.

On opte aussi pour les programmes « éco » des lave-linge et lave-vaisselle. Ils utilisent une température plus basse et une moindre quantité d'eau. C'est écologique et économique !

> Voir à quelle température laver son linge.

> Découvrir comment économiser l'eau et l'énergie de sa machine à laver.

Rincer à l'eau claire

L'idéal est de rincer les surfaces à l'eau claire après les avoir nettoyées, quel que soit le produit d'entretien utilisé. Cela permet d'enlever les résidus de produits et ainsi limiter le contact avec ceux-ci. C'est encore plus important lorsqu'on nettoie des surfaces en contact avec des aliments. Et, bien sûr, on rince à l'eau froide pour faire des économies d'énergie.

7. Éviter les mélanges

Réaliser ses recettes de produits d'entretien est à la mode. Mais encore faut-il savoir comment mélanger les produits. Associer certains ingrédients de base induit des précautions d'usage, voire des contre-indications !

> Voir les 7 produits d'entretien naturels indispensables à la maison.

Certains mélanges sont vraiment dangereux ! C'est particulièrement le cas quand de l'eau de javel est mélangée avec un produit acide (du vinaigre, un anti-calcaire…) car des vapeurs irritantes se dégagent. L'eau de javel, de toute manière, est à bannir au maximum.

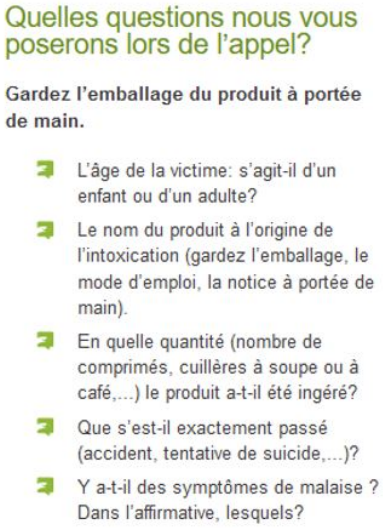
On résiste également à l'envie de superposer des produits sur une surface à nettoyer quand on estime que le premier n'est pas assez efficace. Si on souhaite changer de méthode, on rince d'abord soigneusement le premier produit avant d'utiliser le second.

Les mélanges peuvent aussi concerner les contenants (par exemple quand on transvase une partie d'un produit dans un contenant alimentaire). C'est courir le risque d'avaler du produit par accident. On pense donc toujours à bien étiqueter les flacons ou, mieux, à les conserver dans l'emballage d'origine et à les ranger à l'abri.

8. Enregistrer le numéro du Centre Antipoison

On range bien sûr les produits d'entretien hors de portée des enfants. En cas d'accident, pour pouvoir réagir rapidement, on conserve sous la main le numéro gratuit du Centre Antipoison : 070 245 245. Par exemple, on l'enregistre en 1er dans son répertoire pour le trouver rapidement en cas d'accident.

Le Centre Antipoison demandera peut-être de communiquer le code UFI (Unique Formula Identifier) du produit ingéré. Présent sur l'étiquette du produit, il permet d'identifier rapidement et précisément la composition et d'apporter les conseils les plus pertinents en cas d'exposition. On prend le réflexe de le repérer sur les étiquettes.



Sources : youtube et Centre Antipoison

9. Respecter les consignes de tri

Certains produits d'entretien appartiennent aux DSM, les « Déchets Spéciaux des Ménages », ou les « Déchets Chimiques » à Bruxelles. Il s'agit des déchets provenant de l'activité des ménages qui présentent des risques pour les personnes ou pour l'environnement[9]. Ils doivent donc être amenés au Recyparc pour être traités de façon adaptée.

Pour savoir quel produit d'entretien est un DSM, on regarde son emballage. Selon sa région, le déchet sera considéré comme DSM si le flacon est vide, s'il présente un ou certains pictogrammes de danger ou encore s'il possède un bouchon de sécurité enfant.

Dans tous les cas, DSM ou non, on respecte les consignes de tri pour chaque produit. Certains emballages vont ainsi dans le sac bleu, d'autres doivent être déposés au Recyparc.

> **Pour savoir où jeter ses produits d'entretien**

---

[1] Par manque de temps, d'attention, parce que l'étiquette contient trop d'infos, qu'on pense bien connaître le produit ou encore car on fait confiance à la marque. Sources : Safety Behaviors to reduce risk of using chemical household products: An application of the risk perception attitude framework, dans "International Journal of Environmental Research and Public Health" et Why do not you read the label? An integrated framework of consumer label information search dans "International Journal of Consumer Studies", 2016.

[2] Bartzis et al., 2015

[3] ADEME, 2017, Si on faisait le ménage dans nos produits toxiques

[4] On associe souvent à tort le « naturel » à « sans danger ».

[5] ADEME, 2019, Impact des produits d'entretien sur la qualité de l'air intérieur.

[6] Hors-série n°211 de 60 millions de consommateurs, janvier/février 2022.

[7] ADEME, 2019, Impact des produits d'entretien sur la qualité de l'air intérieur.

[8] Plutôt qu'un déboucheur chimique qui reste à éviter comme le rappelle le Centre antipoisons.

[9] https://sol.environnement.wallonie.be/files/PWDR/PWDRjuin2021/PWDR_cahie...

Liens
[1] https://www.ecoconso.be/fr/content/9-conseils-pour-utiliser-ses-produits-dentretien-sans-danger
[2] https://www.ecoconso.be/fr/thematiques/produits-dentretien
[3] https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/produits-dentretien
[4] https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/sante
[5] https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus
[6] https://www.ecoconso.be/fr/content/quels-produits-acheter-pour-un-entretien-simple-et-ecologique
[7] https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-bien-doser-son-produit-de-lessive
[8] https://www.ecoconso.be/fr/content/quels-produits-acheter-pour-un-entretien-simple-et-ecologique#_Toc98948817
[9] https://www.symbolesdanger.be/fr#node-32
[10] https://cleanright.eu/fr/securite.html
[11]
https://www.ecoconso.be/fr/content/quels-produits-acheter-pour-un-entretien-simple-et-ecologique#_Toc98948831
[12] https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-fabriquer-une-eponge-tawashi-diy
[13] https://www.ecoconso.be/fr/content/objectif-zero-dechet-pour-le-menage#idees-recup
[14]
https://www.ecoconso.be/fr/content/quels-produits-acheter-pour-un-entretien-simple-et-ecologique#_Toc98948832
[15] https://www.ecoconso.be/fr/page-fiche-label
[16] https://www.ecoconso.be/fr/content/5-conseils-pour-bien-utiliser-son-lave-vaisselle#_Toc530563734
[17] https://www.ecoconso.be/fr/content/astuces-naturelles-pour-enlever-une-tache-sur-un-vetement
[18] https://www.ecoconso.be/fr/content/5-conseils-pour-bien-utiliser-son-lave-vaisselle#_Toc530563738
[19] https://www.ecoconso.be/fr/content/lessive-ecologique-9-conseils-pour-bien-laver-le-linge#_Toc39742167
[20] https://www.ecoconso.be/fr/content/quelle-temperature-laver-le-linge
[21] https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-economiser-leau-et-lenergie-de-sa-machine-laver
[22] https://www.ecoconso.be/fr/content/les-7-produits-dentretien-naturels-indispensables-la-maison
[23] https://www.centreantipoisons.be/
[24] https://www.youtube.com/watch?v=J1Pt58nukb
[25] https://www.ecoconso.be/fr/content/ou-jeter-les-emballages-de-cosmetiques-et-de-produits-dentretien
[26] https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32120915/
[27]
https://www.academia.edu/12777727/Why_do_not_you_read_the_label_An_integrated_framework_of_consumer_label_information_search
[28] https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html
[29] https://www.centreantipoisons.be/produits-m-nagers/d-boucheurs-de-canalisation
[30] https://sol.environnement.wallonie.be/files/PWDR/PWDRjuin2021/PWDR_cahier%203.pdf

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons