



## Protection solaire pour les femmes enceintes et celles qui allaitent

**Les produits solaires contiennent des filtres UV organiques ou minéraux, les premiers pouvant être parfois des perturbateurs endocriniens. Certains filtres UV ont pu être détectés dans le lait maternel. Les concentrations mesurées étaient cependant si faibles qu'en l'état actuel des connaissances scientifiques un risque pour la santé des nourrissons paraît improbable. De plus, de nombreux fabricants de produits solaires ont, entre-temps, renoncé à utiliser les filtres UV 4-méthylbenzylidène camphre (4-MBC).**

Une protection contre le soleil ne laisse qu'une petite quantité de filtres UV pénétrer dans le corps par la peau et donc dans le lait maternel. Les filtres UV ne s'accumulent toutefois pas dans le corps et peuvent, de ce fait, être uniquement détectés dans le lait maternel si vous utilisez en ce moment des produits solaires ou les avez utilisés récemment. Vous pouvez réduire l'utilisation de produits solaires en vous exposant moins au soleil durant votre grossesse ou lorsque vous allaitez, p. ex., en portant de longs vêtements et en évitant le rayonnement solaire le plus fort (de 11 h à 15 h). De cette manière, l'effet des filtres UV problématiques diminue pour l'enfant à naître ou le nourrisson. Une alternative aux filtres UV organiques consiste à utiliser pendant la grossesse et l'allaitement des produits avec des filtres UV minéraux (dioxyde de titane). Un renoncement total aux produits solaires n'est pas recommandé, en raison du risque de cancer de la peau lié au soleil.

Les avantages de l'allaitement pendant les six premiers mois et la protection contre le cancer de la peau lié au soleil compensent de loin les risques de filtres UV dans le lait maternel.