

Qualité de l'air intérieur et entretien du logement

Produits d'entretien et parfums d'ambiance

Dernière mise à jour : 16 avril 2026

Temps de lecture : 6 minutes

Périodes :



Définition

Les produits d'entretien regroupent l'ensemble des produits destinés à entretenir, nettoyer ou désinfecter une habitation. Ils peuvent être utilisés dans les différentes pièces de la maison (cuisine, salle de bains, salon...) et pour divers usages (sols, meubles, électroménager, vitres, linge, vaisselle, etc.).

Les parfums d'ambiance regroupent les produits utilisés pour parfumer l'intérieur d'une habitation. Ils peuvent se présenter sous forme de spray, de diffuseur, d'encens ou encore de bougies.

Messages clés

- L'air intérieur est plus pollué que l'air extérieur
- La pollution de l'air intérieur est fortement liée aux activités des occupants, aux produits et aux équipements utilisés au quotidien
- L'utilisation de produits d'entretien et de parfum d'ambiance est associée à une plus forte contamination du foyer en différents produits chimiques
- L'aération et le fait d'éliminer les poussières du logement permet de réduire la contamination du foyer

Les femmes enceintes, allaitantes et les jeunes enfants étant particulièrement vulnérables, il est primordial de **limiter leur exposition aux produits d'entretien et aux parfums d'ambiance**.

Etat des connaissances

Les produits ménagers sont susceptibles de contenir de nombreux produits chimiques, comme des agents tensio-actifs, des solvants, des parfums, des colorants, des conservateurs ou encore des désinfectants. Ils peuvent donc exposer les usagers et les autres habitants du foyer à différents composés, dont un certain nombre de composés organiques volatils (COV).

En population générale, l'exposition aux polluants présents dans l'air intérieur peut avoir des effets immédiats, pouvant aller de la gêne olfactive à des irritations oculaires, rhinopharyngées et à de la toux.

Dans l'étude nationale Elfe⁽¹⁾, représentative de la population générale française, les femmes consacrant plus de deux heures quotidiennes aux tâches ménagères avaient une concentration urinaire en phtalates augmentée de 60%, par rapport à celle y consacrant moins d'une heure par jour aux tâches ménagères. L'étude ESTEBAN retrouvait également des niveaux urinaires plus importants en éthers de glycols en cas d'exposition récente à des produits ménagers.

Une étude espagnole⁽²⁾ sur les femmes enceintes au 3e trimestre de grossesse, conduite entre 2003 et 2009, retrouvait jusqu'à 76 % d'utilisation de produits d'entretien (eau de Javel, solvants, produits d'entretien, produits dégraissants et sprays). Les participantes étaient également 67% à utiliser des désodorisants pendant la grossesse. Un risque plus important de symptôme d'asthme et d'infection



respiratoire était retrouvé chez les enfants, en cas d'utilisation de produits d'entretien en spray et de déodorants pendant la grossesse. D'autres études européennes confirment ces résultats.

Concernant l'utilisation de produits ménager, plusieurs travaux ont montré qu'une exposition pendant la grossesse^(3,4) ou pendant la petite enfance^(2, 3, 4) était associée à une augmentation du risque d'apparition de symptômes d'asthme chez l'enfant, en particulier pour les produits sous forme de spray.

Il est également important de noter que ces usages sont associés à un certain nombre de composés (ex. composés perfluorés, éthers de glycols, phthalates) qui ont été associés avec un surrisque d'issues de grossesse défavorables, et d'altérations du développement du fœtus et du jeune enfant.

En pratique

Pour la femme enceinte, allaitante et le jeune enfant :

- Limiter l'utilisation des produits ménagers.
- Éviter les parfums d'ambiance, quels que soient le format.
- [Aérer en cas d'utilisation](#) de produits ménager ou de parfum d'ambiance

De façon général, lors de l'entretien de la maison avec des produits :

- Porter des gants
- Respecter les conditions d'utilisation
- Limiter le nombre de produits
- Ne pas mélanger les produits
- Éviter les produits en spray
- Se laver les mains après les travaux d'entretien au savon et à l'eau, même si des gants ont été portés

Concernant le choix des produits, pour réduire l'exposition chimique

- Éviter les produits avec [pictogramme](#) de danger
- Privilégier l'utilisation de produits simple (vinaigre blanc, bicarbonate, savon noir)
- Privilégier les produits labellisés avec un label environnemental ou étiquetés A+ (cf. [Labels](#))
- Ranger les produits dans un endroit inoccupé ou ventilé

Éliminer les poussières pour réduire l'exposition :

- Privilégier l'aspirateur plutôt que le balai, si possible avec un filtre à haute efficacité (filtre HEPA : High Efficiency Particulate Air)
- Privilégier un nettoyage avec un chiffon microfibre propre, sec ou imbibé d'eau, sans produits ménager

Documentation

1- Imprégnation des femmes enceintes par les polluants de l'environnement en France en 2011, résultats issus de la [cohorte Elfe](#)

2- Casas, L et al. (2013). [The use of household cleaning products during pregnancy and lower respiratory tract infections and wheezing during early life](#). Int. Journal of Public Health, 58(5), 757–764.

3- Herr, M., et. al (2012). [Influence of host and environmental factors on wheezing severity in infants: findings from the PARIS birth cohort](#). Clinical and Experimental Allergy. 42(2), 275–283.

4 - Pacheco Da Silva E, Dumas O, Le Moual N. [Effects of household cleaning products on the lungs: an update](#). Expert Rev Respir Med. 2025 Apr;19(4):313-324.

Information pour les familles

- Fiche Habitat et santé - [Limiter les polluants dans le logement](#), projet "Femme enceintes environnement et santé" (FEES).
- Livret généraliste ["Notre environnement, notre bébé, sa santé"](#), projet "Femme enceintes environnement et santé" (FEES), *langage Facile à Lire et à Comprendre (FALC)*.