

Quelle eau consommer, eau en bouteilles ou eau du robinet ?

Concernant l'eau en bouteilles, une étude américaine montre l'existence, en moyenne, de 240 000 nano ou microparticules de plastique par litre.

Les nanoparticules sont absorbées par voie digestive et diffusent dans tout l'organisme, y compris le cerveau. Les microparticules (supérieures à 1 µ) ne sont pas absorbées, mais perturbent le microbiote, sans que l'on en connaisse les effets sur la santé, faute d'études sur le sujet. En outre différents perturbateurs endocriniens dérivés des plastiques se retrouvent également dans l'eau en bouteilles.

Concernant l'eau du robinet, vous pouvez vous renseigner sur sa qualité, soit sur le site de l'UFC-QUE CHOISIR, soit sur le site du ministère

(<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R11461>)

Le captage qui alimente votre réseau est régulièrement surveillé dans ses différents composants. N'hésitez pas à consulter les analyses faites les semaines et les mois précédents, pour retrouver les résultats concernant les pesticides. Une eau potable de qualité ne doit comporter aucun pesticide dépassant 0.1µg/l et l'ensemble des pesticides ne doivent pas dépasser 0,5µg/l. Reste le potentiel perturbateur endocrinien de certains pesticides.

L'eau n'est cependant qu'une des sources de pollution parmi d'autres : l'alimentation qui est de loin le principal mais également l'air.

Les carafes filtrantes ne sont pas d'une grande efficacité et peuvent même être contre-productives si mal utilisées. Sont plus efficaces les appareils à osmose inverse et les appareils de filtration par charbon actif, mais coût de l'installation et de l'entretien.

Patrick MERER Administrateur de l'Antenne locale de l'UFC Que Choisir 86