

Eau en bouteille / Eau du robinet Laquelle choisir ?

Boire de l'eau du robinet, ne coule plus de source !
Comment s'y retrouver au milieu de tous ces discours vantant d'un côté la qualité de l'eau du robinet et de l'autre les vertus des eaux de sources mises en bouteilles ?



L'eau en bouteille : un fort impact sur l'environnement

- **7 milliards** de bouteilles d'eaux minérales sont vendues en France chaque année
- **150 000 tonnes** d'emballages sont générés
- **300 km** sont parcourus en moyenne par l'eau en bouteille
- **50 %** des bouteilles en plastique sont recyclées, alors que 100 % sont recyclables

➔ 10 bouteilles en plastique recyclées permettent de fabriquer un pull en polaire, et une tonne de plastique recyclé équivaut à 800 kg de pétrole brut évité.

Depuis les années 1990, les bouteilles ne sont plus fabriquées en PVC (polychlorure de vinyle) mais en PET, (polyéthylène téréphtalate). Cette évolution a permis de réduire d'un tiers le poids des bouteilles. De plus, la maîtrise du processus de fabrication du PET a encore permis d'alléger le poids d'une bouteille de 1,5 litre, qui est passé de 38,8 g à 35,7 g entre

1997 et 2006. Cependant, le développement des petits formats (inférieurs à 1 litre), a augmenté de 29 % les quantités d'emballages entre 1997 et 2003.

Selon le bilan carbone de l'ADEME, 1 tonne de PET émet en moyenne 4,5 tonnes équivalent CO₂. Pour une bouteille de 35,7 g cela représente 160 grammes équivalent CO₂, soit environ 1 kilomètre en monospace récent. A cela, il faut ajouter le transport de la bouteille de son lieu de production jusqu'à son lieu de commercialisation puis du magasin à votre domicile ce qui alourdit encore son bilan carbone.

Il faut toutefois distinguer l'eau de source, naturellement propre à la consommation humaine, de l'eau minérale. Cette dernière est une eau de source ayant une teneur en minéraux et en oligo-éléments susceptible de lui conférer des vertus thérapeutiques.

Quoi qu'il en soit, en plus de leur impact environnemental non négligeable, les bouteilles d'eau présentent un autre inconvénient. L'antimoine, utilisé comme catalyseur pour fabriquer les bouteilles en PET aurait tendance à migrer dans l'eau. Ses effets sur la santé sont encore mal connus et des études sont en cours.

L'eau du robinet : naturellement ...

L'eau du robinet est, en France, obligatoirement une **eau potable**.

L'eau du robinet est le produit alimentaire le plus surveillé. Elle est soumise à de multiples analyses, depuis son origine jusqu'au robinet, et à des contrôles quotidiens.

« Une eau potable est une eau destinée à la consommation humaine, qui peut être bue toute une vie sans risque pour la santé ».

Il faut savoir que l'eau distribuée ne contient que très peu de plomb, contrairement aux idées reçues (5 microgrammes par litre est un chiffre courant à comparer au 25 µg/l exigés par la réglementation). Au fur et à mesure de la rénovation des réseaux d'approvisionnement en eau, les canalisations en plomb sont progressivement remplacées.

Quant à l'odeur et le goût d'eau de Javel que l'on peut parfois trouver suivant les régions, cela provient du chlore ajouté à l'eau. Le chlore est utilisé pour garantir la bonne qualité bactériologique de l'eau durant son transport dans les canalisations jusqu'au robinet. Le fait de laisser l'eau au frais dans une carafe suffit généralement à supprimer ces désagréments.

Les quelques produits chimiques et autres micro-organismes que l'on trouve parfois dans l'eau peuvent être éliminés en utilisant un système de filtration. Il en existe plusieurs types (voir tableau ci-dessous) dont l'efficacité varie en fonction des produits filtrés. Bien que plus onéreux, le système d'osmose inverse est le seul système à pouvoir filtrer les nitrates.

Catégories de produits filtrés		Systèmes de filtration		
		Carafes avec charbon actif en granulés	Colonnes avec charbon actif compressé	Systèmes avec membrane d'osmose inverse
Pesticides	Non polaires*	+	+++	+++
	Polaires**	-	+++	+++
Résidus médicamenteux et hormonaux		-	+++	+++
Métaux lourds		+	+++	+++
Chlore		++	+++	+++
Nitrates		-	-	++
Bactéries		-	++	++

*Pesticides insolubles dans l'eau. **Pesticides solubles dans l'eau.

- : inefficace, + : bon, ++ : très bon, +++ : excellent.

Source : magazine Biocontact. N°200. Mars 2010

A noter : le système d'osmose inverse utilise près de 3 litres d'eau pour obtenir 1 litre d'eau filtrée.

Zoom sur la Région Rhône-Alpes...

En région Rhône-Alpes, le plomb est très peu présent dans l'eau du robinet. Elle est de très bonne qualité et ne nécessite que rarement un système de filtration.

Les maternités de Grenoble recommandent d'ailleurs l'utilisation de l'eau du robinet pour l'alimentation des bébés dans les livrets distribués aux futures mamans.

Le coût

	€/litre (prix moyen)	1,5 litre/jour
Eau du robinet	0,003 €/litre	1,6 €/an
Eau en bouteille	0,32 €/litre <i>soit 100 fois plus cher</i>	175 €/an

L'eau en bouteille peut parfois coûter jusqu'à **300 fois plus cher** que l'eau du robinet.

Répartition du prix : liquide : 20 % / emballage et transport : 80 %

Selon la qualité de votre eau, vous pouvez envisager d'investir dans un système de filtration. Ce coût peut varier entre 15 € pour une carafe filtrante et 500 € pour le système d'osmose inverse. Il faut rajouter à cela, le prix des filtres, qu'il est nécessaire de changer régulièrement. Ces filtres sont la plupart du temps récupérés et recyclés par les fabricants.

Conclusion

L'eau du robinet présente de nombreux avantages : souvent de bonne qualité, voire de très bonne selon les régions, pas de déchet et un faible coût. En fonction du lieu d'habitation, un système de filtration peut être une bonne solution.

	Pollution	Déchets	Coût
Eau du robinet	-	-	-
Eau filtrée	+	++	++/+++
Eau en bouteille	+++	+++	+++

- : faible voire nul, + : moyen, ++ : important, +++ : très important.

Quoi qu'il en soit, il est conseillé de boire une eau faiblement minéralisée. En effet, l'eau remplira mieux ses fonctions de transporteur des nutriments vers les cellules et d'élimination des déchets qu'elle sera elle-même peu chargée en minéraux.

Sources

Eau minérale naturelle www.eaumineralenaturelle.fr

Magazine Bio contact, mensuel gratuit n°200, mars 2010

« Eaux minérales – Soupçons sur la bouteille ». Que choisir. N°437, mai 2006, p11

« Cristaline boit la tasse ». Que choisir. N°446, mars 2007, p6

Pour aller plus loin

Contactez le service des eaux de votre commune pour connaître la qualité sanitaire de l'eau.
Les traitements de l'eau – fiche Prioriterre (www.prioriterre.org).