

Eau : en bouteille ou du robinet, que faut-il choisir pour préserver notre santé et notre planète ?

Extrait - l'eau courante ou en bouteille • ©France Télévisions

Écrit par [Sophie Gueffier](#)

Publié le 23/11/2023 à 11h35

Quelle eau buvez-vous ? Celle du robinet ou plutôt celle en bouteille ? Et surtout sur quels critères vous basez-vous pour faire votre choix ? Enquêtes de région a investigué auprès d'une usine d'embouteillage, auprès de l'agglomération d'Épernay et auprès de consommateurs partagés sur les questions de recyclage, de pollution et de santé.

Comment choisir l'eau que l'on boit ? Faut-il privilégier l'absence d'emballage donc de déchet ? Faut-il se méfier de l'eau captée dans les sous-sols parfois pollués ? Les consommateurs que nous sommes sont un peu perdus devant ces injonctions contradictoires. Le magazine "Enquêtes de région" s'est plongé sur la question de l'eau en bouteille et l'eau courante dans l'agglomération d'Épernay (Marne) pour vous aider à vous y retrouver. Voici trois raisons de regarder l'émission.

Enquêtes de région "Une eau si précieuse" à retrouver sur France 3 Grand Est en [replay sur france.tv](#).

1. Parce qu'entre deux eaux, notre cœur balance

L'eau courante, celle qui coule du robinet, est une commodité finalement très récente, qui date d'à peine plus d'un siècle. Il n'est pas rare de croiser des anciens qui se souviennent d'être allés "chercher" l'eau au puits. Il allait donc de soi de consommer l'eau du robinet lorsque cette nouveauté est apparue. Ce fut le cas pendant des décennies.

Les Trente Glorieuses viennent bouleverser cette logique de consommation en inondant le marché des bouteilles en plastique. Conseillées par le corps médical pour réhydrater le lait pour nourrissons, mais aussi pour apporter des compléments en oligo-éléments. Contrex, Vittel, Hépar, Saint-Yorre construisent toutes leurs campagnes de marketing sur les bienfaits de leurs eaux en matière de santé et de bien-être. Les habitudes des consommateurs oscillent donc entre les deux usages.

Patatras ! Dans les années 1990, des scandales sanitaires surgissent : trop de nitrates dans l'eau en Bretagne. Des traces de pesticides sont retrouvées dans des eaux ici et là. Du plomb également. La méfiance face à l'eau du robinet s'installe. Le marché de l'eau en bouteilles explose.

Mais quelques années plus tard, c'est le problème du recyclage des bouteilles plastiques qui vient freiner à son tour la consommation de l'eau en bouteille.

Alors le consommateur français, ne sachant pas trancher, consomme à la fois l'eau du robinet et embouteillée. Il boit en moyenne 135 litres d'eau en bouteille par an, toutes marques confondues. Et bien sûr, quand ils sont interrogés, les avis divergent. Dans l'équipe bouteille, Sidiki dit : *"l'eau en bouteilles, j'en consomme pour 25 euros par mois. Et même si les communes font des efforts pour que l'eau du robinet soit plus propre, j'aurais vraiment du mal à la consommer."* Tandis que Nicolas, de l'équipe robinet, explique qu'il *"préfère boire l'eau du robinet que d'acheter des bouteilles. Au niveau de l'écologie, c'est pas terrible."* Un choix personnel cornélien.

2. Parce que les marques d'eaux et les communes rivalisent d'arguments marketing

Comme Cristaline, par exemple, dont une des usines est installée à Jandun dans les Ardennes. Dans un même lieu, les bouteilles et les bouchons sont fabriqués et l'eau y est embouteillée. Mélanie Grégoire, directrice adjointe de l'usine Cristaline de Jandun s'enorgueillit de leur méthode : *"la particularité de notre site, c'est de fabriquer le bouchon et la bouteille sur nos propres lignes de production. On économise un maximum de camions sur la route et ça nous permet d'avoir toutes nos matières premières à disposition sur le site."* Bilan carbone satisfaisant ; efficacité garantie. Toutes les usines d'embouteillage ne peuvent pas en dire autant.

L'autre argument phare de l'entreprise, c'est le recyclage de la matière plastique utilisée : le polyéthylène téréphtalate, autrement dit le PET. Le groupe possède trois usines, une en Belgique et deux en France, capable de recycler 100 % du plastique recyclable que contiennent leurs bouteilles. Agnès Jacquot, directrice RSE et communication du groupe sources Alma, explique *"depuis 30 ans, on réduit nos emballages gramme par gramme. Aujourd'hui, la bouteille de 1,5 litre pèse 19 g de PET, c'est moins qu'une lettre à la poste."* Consommée, triée, recyclée, la bouteille PET se recycle à l'infini. Les déchets plastiques deviennent accessoires.

Encore un argument qui joue sur la fibre écolo des consommateurs. À ceci près que toutes les bouteilles d'eaux ne contiennent pas les mêmes types de plastiques et sont plus ou moins recyclables.

Pourtant, à ce petit jeu des comparaisons écologiques, bilan carbone et recyclage, l'eau du robinet étant captée au plus près des habitants, n'a pas à rougir, ni à se reverdir.

Ainsi, la communauté d'agglomération Épernay, Coteaux et Plaine de Champagne, cherche aussi à user d'arguments marketings pour valoriser son eau du robinet. Elle lui a donné un petit nom "La cuvée 47" jouant sur les termes viticoles de cette zone du prestige de Champagne. Quant à Franck Leroy, le président de la communauté d'agglomération, il se veut rassurant face aux questions sur les pesticides épandus sur le vignoble : *"l'eau est sans doute le bien alimentaire le plus contrôlé en France aujourd'hui. On est touché [par l'usage des pesticides sur les zones viticoles] sur 20 % de notre territoire, mais très en dessous des zones d'alerte et ici [sur le captage de vert-Toulon] pas du tout."*

3. Parce que les chercheurs veillent à notre santé

Dès les années 1990, les scientifiques ont communiqué sur les risques pour la santé des consommateurs d'eau courante dans les zones polluées. Les analyses des eaux effectuées dans toutes les communes déterminent si l'eau est potable donc propre à la consommation. L'eau est un des produits alimentaires les plus contrôlés. Ces contrôles garantissent la qualité de l'eau et par extension l'absence de risque sur notre santé de buveurs d'eau du robinet. Mais ce n'est pas tout.

Au CHU de Lille (Nord), à l'Institut de recherche sur les maladies inflammatoires, des études sont menées sur les souris. L'objectif de ces recherches est de déterminer si les molécules plastiques abiment notre organisme. Notamment les polyéthylènes, les fameux PET et les nanoplastiques.

À chaque fois que les chercheurs cherchent des microplastiques, ils en trouvent.

Mathilde Body, ingénieure en recherche au CHU de Lille, institut de recherches sur les maladies inflammatoires

Mathilde Body, ingénieure de recherches à l'institut et spécialiste en immunotoxicologie constate : "j'ai pu observer de nombreuses dysrégulations au niveau inflammatoire, au niveau immunitaire et au niveau métabolique [des souris à qui elle avait administré des doses de plastiques]. Le tube digestif, comme le foie des souris présentaient de nombreuses modifications anormales dues à l'ingestion des microplastiques. Ça laisse à penser que les anomalies seraient les mêmes chez les êtres humains ; toutefois, on ne peut pas le certifier puisque les études sur les êtres humains (...) ne peuvent pas être réalisées, parce que les méthodes actuelles ne le permettent pas". Ce qui est vérifié en revanche, c'est qu'"on les a détectés dans le côlon, le foie, mais aussi le sang, les urines, les poumons. À chaque fois que les chercheurs cherchent des microplastiques, ils en trouvent."

De quoi, peut-être, faire réfléchir un peu plus sur la consommation d'eau contenue dans du plastique. Signalons une étude comparative du [magazine "Que Choisir"](#). Qui pourra vous éclairer dans votre choix.