

CONSEILS VERTS

Les récipients en plastique pour l'eau et les aliments

traduit de *World Watch*
Par Mindy Pennybacker

Les consommateurs ont tendance à acheter de l'eau en bouteille en pensant qu'elle est meilleure pour la santé que l'eau du robinet. Cependant des études menées par le Conseil de défense des ressources naturelles et l'Université de Genève ont montré que l'eau en bouteille n'était pas nécessairement plus sûre, et que l'eau de source n'était pas forcément meilleure que les autres eaux en bouteille. En 2003, des tests effectués en Inde par le Centre pour la science et l'environnement ont révélé la présence de forts taux de pesticides dans certaines bouteilles.

Avant de payer pour une eau que vous pourriez obtenir gratuitement d'une fontaine, ou pour beaucoup moins cher au robinet, n'oubliez pas que l'eau en bouteille peut aussi poser un problème à cause des substances toxiques présentes dans le plastique qui peuvent s'infiltrer dans l'eau. Comme cette infiltration peut être accélérée par une température élevée, les sportifs qui boivent à la bouteille par un jour de forte chaleur peuvent déceler un certain goût de plastique. Mais ce sont les nourrissons et les enfants dont la morphologie change rapidement qui sont les plus vulnérables aux dommages potentiels causés au développement par les produits chimiques filtrant de certains plastiques, dont le polycarbonate, le plastique le plus communément utilisé pour les biberons. On peut rencontrer les mêmes problèmes avec les aliments conditionnés dans certains plastiques.

Heureusement on peut facilement éviter le plastique en allaitant les nourrissons plutôt que de les nourrir au biberon, en utilisant – et en réutilisant – des récipients en verre, en métal et en porcelaine sans plomb, et en prenant l'eau au robinet. De telles initiatives pourront aider à réduire la demande – et donc l'offre – de matières plastiques, qui sont fabriquées à partir de pétrole, une ressource non renouvelable. Et comme tous les plastiques n'ont pas été créés égaux, des récipients en plastique plus sûrs pour l'eau et la nourriture peuvent être utilisés en cas de nécessité. Pour déterminer de quel plastique est fait un récipient, il suffit de regarder le chiffre inscrit dans le triangle de recyclage en relief selon le code international des plastiques.

Mauvais plastiques

#7 polycarbonate : la plupart des biberons et certaines tasses pour bébé sont faits de polycarbonate translucide et rigide, tout comme les bonbonnes d'eau de 20 litres et certaines de 3,5 litres. Le problème : le polycarbonate contient du bisphénol-A, un produit chimique oestrogénique et un disruptif hormonal chez les animaux de laboratoire, ce qui veut dire qu'il peut interférer avec la manière dont les hormones guident le développement fœtal. Comme il en a été fait état reporté dans *Current biology* le premier avril 2003, l'exposition de souris enceintes au bisphénol-A a entraîné des erreurs de divisions cellulaires du fœtus. Une autre étude a permis de constater des anomalies reproductives chez des rats mâles exposés dans l'utérus à de faibles niveaux de bisphénol-A. Plusieurs études ont démontré que le bisphénol-A présent dans le plastique pouvait s'exfiltrer s'il était chauffé ou exposé à des solutions acides ou après une utilisation prolongée. Cette possibilité d'infiltration est une raison supplémentaire de choisir l'allaitement, qui donne au nourrisson un lait à la bonne température et provenant d'un récipient naturel et sûr. Quand vous êtes obligé d'utiliser un biberon, choisissez-en plutôt un en verre de sécurité ou en plastique opaque comme le polypropylène (#5) ou le polyéthylène (#1), qui ne contiennent pas de bisphénol-A.

#3 Chlorure de Polyvinyle (PVC) : la fabrication et l'incinération de ce plastique non recyclable rejette des dioxines, des substances cancérigènes et des disruptifs hormonaux. En contact avec de la nourriture chaude et/ou grasse, le PVC peut aussi laisser filtrer des produits chimiques comme les adipates ou les phthalates, dont on a vu qu'ils provoquaient sur les souris de laboratoire des malformations de naissance, et des dégâts sur le foie, les reins, les poumons et le système reproductif. Malheureusement, les emballages en PVC sont utilisés dans la plupart des supermarchés et des épiceries pour emballer le fromage et la viande.

#6 Polystyrène : le polystyrène peut laisser filtrer du styrène, un cancérigène potentiel qui peut être également un disruptif hormonal. Il est facile de l'éviter en utilisant des tasses en verre ou en porcelaine au lieu des tasses en plastique, en évitant les couverts en plastique, et en ne chauffant jamais les aliments dans des récipients en polystyrène (ils fondraient dans votre nourriture et rejetteraient des gaz toxiques).

Meilleurs plastiques

La plupart des bouteilles de 2 litres, 1,5 litres, 1 litre ou moins sont fabriquées en #1 PETE/PET ou en #2 HDPE.

Bien que le PET ait été considéré comme le choix le plus sûr pour les bouteilles en plastique, une étude italienne récente a conclu que le taux de DEHP, un phthalate, disruptif endocrinien probablement cancérigène pour l'homme dans l'eau, augmentait après 9 mois de stockage dans une bouteille en PET. Même si le PET n'est pas le pire des plastiques, la prochaine fois que vous ou votre enfant avez soif dans le parc, gardez votre argent et cherchez une fontaine avec de l'eau potable.

Pour finir, aucune infiltration de produits cancérigènes ou de disruptifs hormonaux n'a été décelée avec les plastiques suivant :

#2 HDPE : utilisé pour beaucoup de récipients pour aliments réutilisables, de pots, etc.

#4 LDPE : utilisé pour certains sacs ou emballages plastiques et pour les fourreaux de biberons

#5 polypropylène : utilisé pour certaines tasses pour enfant, certaines gourdes souples réutilisables pour sportifs, des récipients alimentaires réutilisables, les pots de yogourt et de margarine.

Pour de plus amples informations et une liste des marques spécifiques utilisant ces plastiques, voir les études « plastics for kitchen use » et « bottled water » (en anglais) sous la rubrique *product reports* sur le site www.thegreenguide.com

Mindy Pennybacker est la rédactrice en chef de *Green Guide*, publié par le *Green Guide Institute*, qui a effectué les recherches pour cet article.