

# La Sentinelle De la SANTÉ

*L'eau dans tous ses états*

## L'eau dans tous ses états ?

**SOLIDE**

**LIQUIDE**

**GAZEUX**

### LA POLLUTION : DES DÉGÂTS POUR L'EAU, LA NATURE ET NOUS

**VIE AQUATIQUE MENACÉE**

**EAU POLLUÉE, MILIEUX DÉGRADÉS**

**RISQUES POUR NOTRE SANTÉ**

#### LES BONS GESTES

- ÉVITER LE PLASTIQUE À USAGE UNIQUE
- JETER LES DÉCHETS À LA POUBELLE
- ÉCONOMISER L'EAU
- PROTÉGER LA NATURE

## *Eau en bouteille ou eau du robinet, laquelle est préférable ?*

Avec 135 litres d'eau par habitant et par an, l'eau en bouteille est la boisson la plus consommée en France. Près d'un Français sur deux en achète quotidiennement et la privilégie à l'eau du robinet la pensant plus saine et plus sûre. En effet beaucoup de consommateurs ont un a priori négatif sur l'eau du robinet, à tort suivant les dernières enquêtes sur le sujet.



## *L'eau du robinet, qu'en est-il ?*

En France l'eau du robinet est contrôlée et soumise à une réglementation très stricte : plus de 60 paramètres sanitaires sont surveillés régulièrement (nitrate, pesticides, éléments traces métalliques, résidus médicamenteux...) Les autorités sanitaires (comme l'Anses, l'Agence de sécurité alimentaire), les agences régionales de santé et les différents observatoires (CIEau : centre d'information sur l'eau, OiEau : observatoire international de l'eau) publient régulièrement des bilans sur la qualité de l'eau potable. En cas de doute il est possible de consulter les rapports publics d'analyse de l'eau de sa commune ou de contacter l'ARS.



## *L'eau en bouteille :*

Il existe deux grandes catégories d'eau en bouteille : les eaux minérales et les eaux de source. Elles sont d'origine souterraine, comme d'ailleurs les deux tiers de l'eau du robinet distribuée en France.

### ✓ *Les eaux minérales*

Elles ne répondent pas à la même réglementation que l'eau du robinet. En effet certaines seraient refusées en réseau public de distribution, car elles ne sont pas conformes aux critères qui définissent une eau potable. Elles sont soumises à des normes spécifiques et peuvent atteindre des teneurs qui ne sont pas tolérées pour l'eau potable. Par exemple, concernant le fluor, la limite est fixée à 1,5mg/l pour l'eau potable, les eaux minérales peuvent en revanche en contenir jusqu'à 5 mg/. Les eaux minérales ont droit à peu de traitements par rapport à l'eau du robinet. On peut intervenir sur le fer, le manganèse, le fluor, mais aucun traitement de désinfection.

### ✓ *Les eaux de source*

Contrairement aux eaux minérales, les eaux de source sont soumises à la même réglementation que l'eau du robinet, elles doivent remplir tous les critères de potabilité. En revanche, comme les eaux minérales, les eaux de source ne doivent pas subir de traitements de désinfection.

## Un cas pratique d'actualité : « les eaux minérales contaminées » de la firme Nestlé.

Nestlé Waters est actuellement accusé d'avoir, pendant années utilisé des traitements interdits pour les eaux minérales dites « naturellement pures » :

- Des filtres à charbon actifs et microfiltration très fine (0.2µm), assimilables à une désinfection au sens de la loi.
- Ces traitements servaient à gérer des contaminations bactériennes, chimiques, voire fécales dans certaines nappes souterraines utilisées pour Perrier, Vittel, Contrex, Hépar.

Malgré ces traitements, les bouteilles sont encore vendues comme « eaux minérales naturelles » alors que ce label suppose une eau protégée de la pollution, ne nécessitant que des traitements limités.

Depuis l'été 2021, un lanceur d'alerte signale des pratiques non réglementaires dans le secteur des eaux en bouteilles, ce qui déclenche une enquête de la répression des fraudes **DGCCRF** (Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes).

En 2023 l'ANSES (agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) remet au ministère de la santé une note évoquant des risques sanitaires possibles (virus entériques, autres micro-organismes, ...) et un plan de surveillance renforcé, notamment pour Nestlé. En 2024, des enquêtes médiatiques révèlent au grand public l'ampleur du problème et la possible contamination par pesticides, la PFAS (les **substances perfluoroalkylées et polyfluoroalkylées**) que les traitements visaient à compenser.

Pour les consommateurs, le problème est surtout une tromperie sur la nature des produits sans aucune transparence vis-à-vis du public. Cette pratique est dénoncée par des ONG comme Foodwatch qui réclame un étiquetage plus clair car ces eaux sont présentées comme naturellement pures alors qu'elles étaient régulièrement contaminées et purifiées par des traitements normalement interdits pour cette catégorie.

### *Microplastiques dans les bouteilles d'eau en plastique :*

Une étude publiée en 2024 par les universités Columbia et Rutgers a révélé des concentrations bien plus élevées que prévu, avec en moyenne 240000 fragments par litre.

Les microparticules proviennent des matériaux de la bouteille, comme le polypropylène, le polyéthylène, le polyuréthane et le polyéthylène téréphtalate. Ces particules, invisibles à l'œil nu, peuvent pénétrer dans la circulation sanguine et se loger dans divers organes.

Les chercheurs soulignent que ces particules ne causent pas de toxicité aiguë mais une toxicité chronique. Si nous consommons de préférence l'eau en bouteille, nous ingérons 5 grammes de plastique par semaine.

Pour réduire l'exposition aux microplastiques, il est conseillé de privilégier l'eau du robinet et d'éviter le plastique à usage unique.

### *L'eau des carafes filtrantes :*

Le marché de l'eau en bouteille est en recul, alors que l'eau du robinet suscite toujours de la méfiance. Il y avait donc une place à prendre et ce sont les carafes filtrantes qui l'ont prise. De 200 000 appareils vendus nous sommes passés à 1250 000 en 10 ans. Les tests de « Que Choisir » montrent que les carafes neuves répondent en partie à leurs promesses même si elles présentent quelques faiblesses. Au domicile des utilisateurs de carafes qui ont fait tester leur eau le résultat est en revanche catastrophique. Alors que la plupart de ces logements reçoivent une eau du robinet potable, l'eau filtrée est dégradée

### *L'eau à quel prix :*

L'eau du robinet est bien moins chère. Au litre à 0,003€ elle est la grande gagnante, soit moins de 3€ par an pour une consommation de 1,5 litre d'eau du robinet par jour. Quand on utilise une carafe

filtrante, le prix du litre est en moyenne multiplié par 20 et il explose dès qu'on passe aux eaux en bouteille : 0,20€ le litre pour l'eau de source et 0,40€ pour l'eau minérale, soit 110 à 220€ par an, plus 2€ le coût d'élimination des bouteilles en plastique, contre 2€ seulement pour l'eau du robinet.

### *Les polluants éternels dans l'eau des villes françaises :*

Mais tous ces contrôles ne doivent pas faire oublier une autre menace : les polluants éternels, substances chimiques persistants et nocives pour la santé.

Ces PFAS se cachent partout mais aussi dans l'eau.

Le 30 juillet le ministère de l'écologie a rendu publique une carte de l'ensemble des résultats d'analyses des PFAS dans l'eau, dans l'Hexagone. Qu'il s'agisse d'eau du robinet, d'eau souterraine dans les nappes phréatiques ou de cours d'eau, l'eau y est pareillement concernée. La population générale est bien sûr fortement impactée mais l'agriculture aussi. En effet les agriculteurs utilisent la nappe phréatique pour irriguer leurs cultures.

D'après les scientifiques, il pourrait exister plusieurs milliers de PFAS différents, ces substances perfluoroalkylées et polyfluoroalkylées. Mais la France s'appuie sur une directive européenne de 2020 qui détermine une liste de 20 substances pour établir ses relevés dans l'eau. La somme des résultats de ses 20 substances ne doit pas être supérieure à 0,1 µg/l (microgramme par litre) pour ne pas dépasser la teneur maximale autorisée.

L'exposition aux PFAS présente des risques pour la santé. En 2023, le centre international de recherche sur le cancer a classé le PFOA et le PFOS, deux substances les plus répandues, comme « cancérogène pour les humains et cancérigène possible ».

Julie Mendret, enseignante chercheuse à l'université de Montpellier et spécialisée dans le traitement des eaux, explique qu'il existe des solutions pour dépolluer l'eau potable : « Il y a deux technologies. Celle qui est la plus souvent utilisée, c'est le charbon actif. Mais certains PFAS sont très mal retenus par ce processus. L'autre technologie, la filtration par osmose inverse, est moins déployée parce que coûteuse, mais c'est une solution très efficace. »

En quatorze ans, le prix de l'eau en France a déjà bondi de près de 30 %. De 3,62 € le mètre cube en 2009, il est passé à 4,69 € en 2023. Si le prix augmente, c'est pour mieux traiter les polluants, mais pour les petites communes c'est une catastrophe. Elles devront s'endetter sur des décennies. Le contrôle des PFAS va devenir obligatoire dès janvier 2026 mais le traitement pour y remédier sera intégralement supporté par le consommateur. Nous sommes loin du pollueur payeur. Une redevance pour faire participer les industries qui rejettent des PFAS devait entrer en vigueur en 2026 mais elle a été repoussée à 2027 (les lobbyistes ont fait leur travail).

### *Qu'en est-il de notre santé ?*

L'eau consommée reste un enjeu majeur de santé publique. Le maintien de sa qualité est donc essentiel. La pollution de l'eau représente une menace sérieuse pour la santé, entraînant des maladies et des déséquilibres écologiques.

Les autorités sanitaires, les agences régionales de santé et les différents observatoires publient régulièrement des bilans sur la qualité de l'eau potable. La très grande majorité des prélèvements respecte ces normes. S'il y a dépassement ils sont communiqués aux consommateurs.

L'eau embouteillée n'est, quant à elle, par exempte de contamination. La présence de micro et nanoplastiques, de pesticides, de PFAS et de métaboliques chimiques est parfois identifiée dans certaines eaux en bouteille.

Les recherches sur les conséquences des nanoplastiques sur les écosystèmes et la santé humaine sont encore limitées, mais certaines études ont déjà mis en évidence des effets néfastes, par exemple sur le système reproductif.

La pollution de l'eau d'alimentation peut entraîner des pathologies infectieuses.

La pollution de l'eau par des micro-organismes peut occasionner :

- ✓ Des gastro-entérites aiguës.
- ✓ Des hépatites virales A ou E.
- ✓ Des ulcères ou cancers de l'estomac.
- ✓ Des légionelloses.

Il y a aussi les pathologies liées à la pollution chimique, elles peuvent être :

- ✓ Des intoxications ponctuelles, le plus souvent liées à une détérioration de la qualité de l'eau à l'intérieur des bâtiments (relargage de plomb ou de cuivre),
- ✓ Mais surtout des cancers dus à des expositions chroniques. Différentes localisations cancéreuses ont été associées à l'arsenic hybride (cancer de la peau, la vessie, le rein, le poumon) et aux sous-produits de chloration (vessie, colorectal).

L'eau d'alimentation distribuée en France est très faiblement impactée par les pesticides qui se trouvent essentiellement dans l'alimentation.

Les risques toxiques des résidus de médicaments ne sont pas établis actuellement. Ils sont à l'état d'hypothèse et aucune donnée épidémiologique n'indique d'effet sur la santé.

Pour les nitrates il n'y a pas de cas rapportés à ce jour.

Plus récemment, l'effet de certains polluants hydriques sur la reproduction et le développement des fœtus a été évoqué sans pour autant apporter d'éléments probants en faveur de l'existence d'un risque. Pour exemple, les nombreuses études épidémiologiques sur les sous-produits de chloration n'ont à ce jour pas mis en évidence de lien entre ces composés et des effets sur la reproduction et le développement.

**En conclusion**, l'eau du robinet, régulée, économique et riche en minéraux, se positionne comme une option bien plus sûre sur le long terme.

En revanche, l'eau en bouteille avec son coût plus élevé et ses possibles contaminants, mérite d'être considérée avec précaution.

Comme le montrent différentes études, l'eau du robinet est plus sûre que l'eau en bouteille en plastique sur le plan sanitaire mais surtout il est le seul modèle soutenable sur le plan écologique. Les contenants en plastique, sans compter leur transport, sont une catastrophe pour la planète.

Mais s'il est bien une certitude c'est que l'eau, ce bien commun à l'humanité, doit être le centre de toute notre attention et une de nos principales préoccupations tant vis à vis de sa qualité que de sa quantité.

### *Pour le collectif Santé*

*Aline Mahous, Fabienne Biran, Tan Thien Nguyen*

[https://www.lemonde.fr/planete/article/2024/04/04/la-qualite-sanitaire-des-eaux-minerales-nestle-n-est-pas-garantie-selon-une-note-confidentielle-de-l-anses\\_6225911\\_3244.html](https://www.lemonde.fr/planete/article/2024/04/04/la-qualite-sanitaire-des-eaux-minerales-nestle-n-est-pas-garantie-selon-une-note-confidentielle-de-l-anses_6225911_3244.html)

<https://vert.eco/articles/microplastiques-traitements-interdits-complicite-de-letat-tout-comprendre-au-scandale-des-eaux-minerales-nestle>

[https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/02/04/fraude-aux-eaux-minerales-comment-l-elysee-et-matignon-ont-cede-au-lobbying-de-nestle-malgre-les-alertes-des-autorites-de-sante\\_6530527\\_3244.html](https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/02/04/fraude-aux-eaux-minerales-comment-l-elysee-et-matignon-ont-cede-au-lobbying-de-nestle-malgre-les-alertes-des-autorites-de-sante_6530527_3244.html)

[https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/05/07/fraude-aux-eaux-minerales-perrier-vittel-contrex-et-hepar-en-sursis-apres-la-mise-en-demeure-adressee-a-nestle-de-retirer-ses-filtres-illicites\\_6603859\\_3244.html](https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/05/07/fraude-aux-eaux-minerales-perrier-vittel-contrex-et-hepar-en-sursis-apres-la-mise-en-demeure-adressee-a-nestle-de-retirer-ses-filtres-illicites_6603859_3244.html)

[https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/07/03/fraude-aux-eaux-minerales-perrier-nestle-annonce-avoir-retire-ses-filtres-illegaux-mais-doit-encore-prouver-que-ses-eaux-restent-naturellement-pures\\_6617746\\_3244.html](https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/07/03/fraude-aux-eaux-minerales-perrier-nestle-annonce-avoir-retire-ses-filtres-illegaux-mais-doit-encore-prouver-que-ses-eaux-restent-naturellement-pures_6617746_3244.html)

<https://www.nestle.fr/ask-nestle/water/answers/situation-eaux-minerale-avr-2024>

<https://www.foodwatch.org/fr/actualites/2024/scandale-des-eaux-cristalline-perrier-saint-yorre-vittel-filtres-illegalement-foodwatch-va-porter-plainte>

<https://reporterre.net/Tout-comprendre-au-scandale-des-eaux-contaminees-de-Nestle>