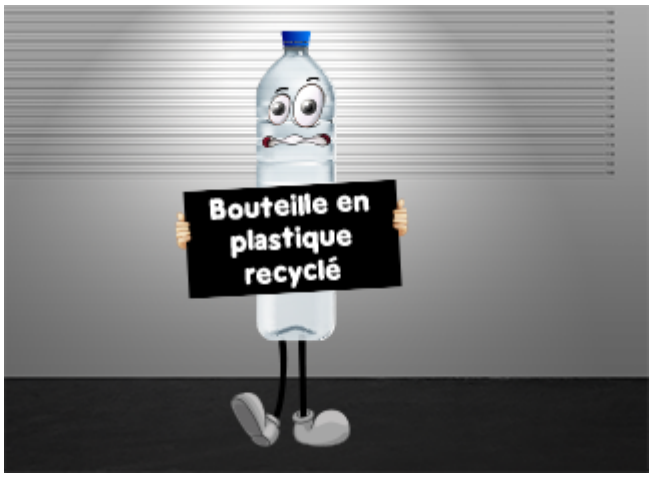
Articles

La bouteille en plastique recyclé est-elle écologique ?

« Bouteille 100% matière recyclée », voilà ce que l'on peut lire sur de plus en plus de bouteilles en plastique. Mais sont-elles vraiment écologiques ?



La bouteille en plastique recyclé, écolo ou pas ?

Nom de code : rPET. Comprenez : la version recyclée (d'où le « r ») du plastique PET (polyéthylène téréphtalate). Avec cette matière on fait notamment des bouteilles, surtout pour des boissons, mais aussi pour des produits d'entretien, etc.

A priori utiliser du plastique recyclé, ça semble une bonne idée. Mais un emballage jetable, ça reste un emballage jetable. Alors les bouteilles en rPET sont-elles vraiment si écologiques ? Enquête avec la méthode ÉCO.

> **> Voir aussi notre campagne « Me raconte pas de salades ! 9 objets écolos à l'interrogatoire ».**

Sommaire :

- Me raconte pas de salades
- Le bon réflexe : la méthode ÉCO
    1. Éclaircir ses besoins avant tout achat

- Ai-je besoin d’une bouteille en plastique ?
- Qu’est-ce que cet objet remplace ?
- Y a-t-il des alternatives plus durables ?

2. Choisir la version la plus durable du produit
    - À quels critères être attentif pour bien choisir ?
3. Optimiser l’utilisation pour réduire les impacts
    - Que faire quand je ne l’utilise plus ?

- - - - - - - - - - - - - - - - -

Le plastique recyclé n’est pas nouveau, il existe depuis longtemps. Cependant, il était généralement plus cher que le plastique vierge et son utilisation alimentaire n’était pas suffisamment encadrée par la loi.

Aujourd’hui, on en voit partout, notamment en grand sur de nombreuses bouteilles des boisson. D’une part car c’est dans l’air du temps, c’est devenu un argument de vente. D’autre part, parce que l’Europe imposera l’utilisation de plastique recyclé dans les bouteilles en plastique pour boissons d’ici 2025[1].

> Lire aussi : Plusieurs objets en plastique sont désormais interdits.

Me raconte pas de salades

Alors, cette image verte, c’est des salades ou pas ? La bouteille en plastique recyclé est-elle écolo ?

> Écouter aussi [l'épisode de notre podcast "écoconso & vous" consacré à la bouteille en plastique recyclé](#).

Le bon réflexe : la méthode ÉCO

> Découvrir en détails : [La méthode ÉCO : 3 étapes pour moins et mieux consommer.](#)

Ai-je besoin d'une bouteille en plastique ?

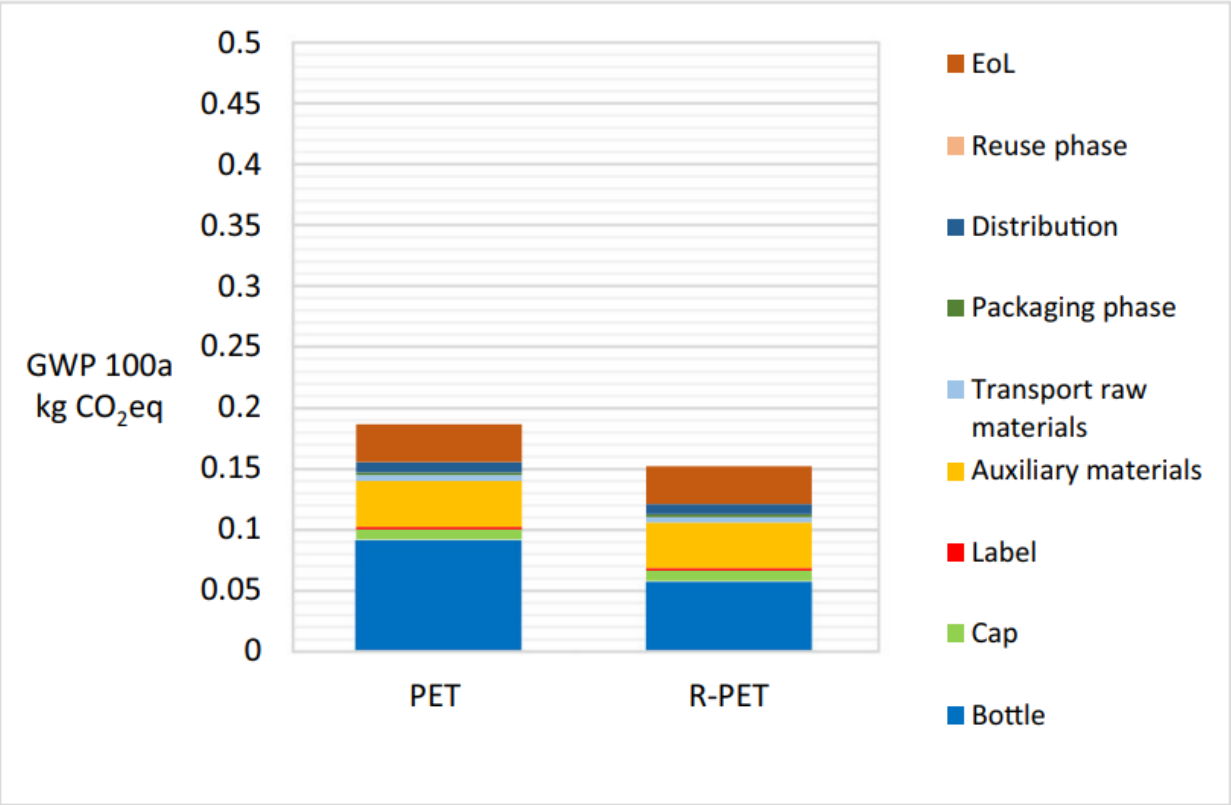
Pour de l'eau plate, la réponse est non. L'eau du robinet est très bonne à boire, il n'est pas nécessaire d'acheter de l'eau en bouteille, qu'elle soit en plastique recyclé ou dans une autre matière.

Un verre, une gourde, un robinet et on a à boire pour tous les jours !

> **Lire aussi : Santé : l’eau du robinet est-elle vraiment potable ?**

Qu’est-ce que cet objet remplace ?

Si on est amateur d’autres boissons que de l’eau plate, il faut en effet un contenant. Dans ce cas**, on préfère une bouteille en plastique recyclé (rPET) à une bouteille en PET vierge** (plastique non recyclé, fabriqué à partir de matières neuves). Le rPET a moins d’impact sur l’environnement, comme on le voit dans le graphique ci-dessous :



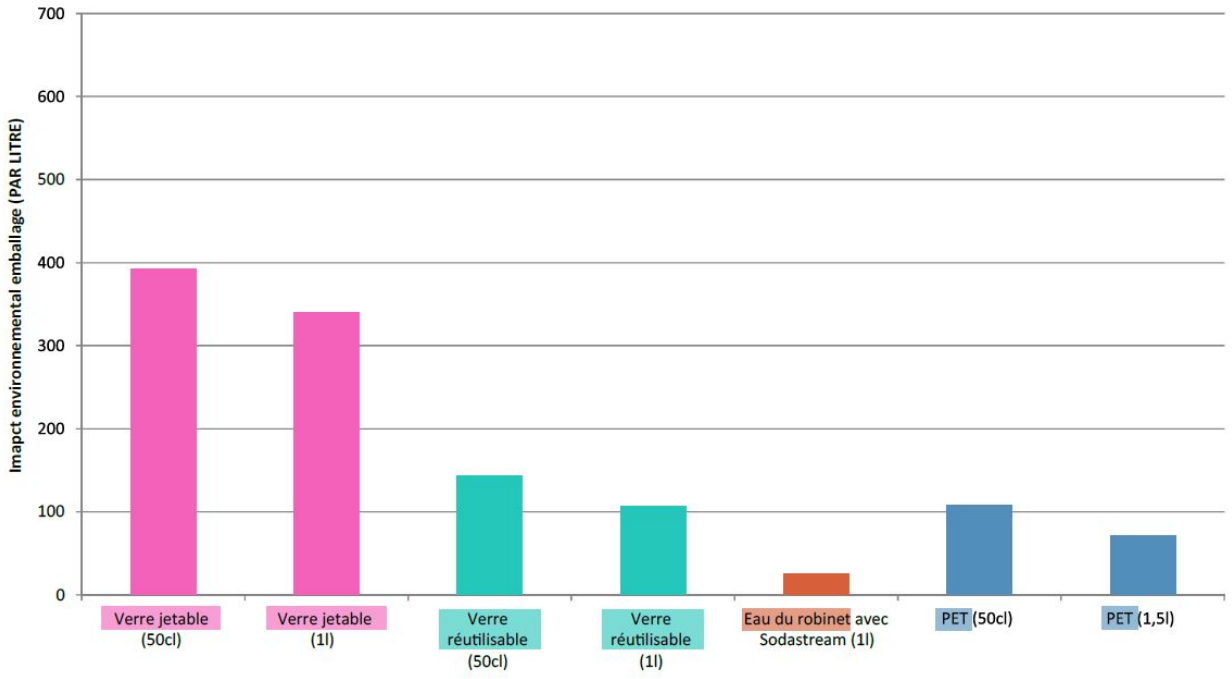
Émissions de gaz à effet de serre de bouteilles de lait en PET et en rPET. Le rPET est un peu meilleur que le PET au stade de la production (en bleu)[3].

Mais si on a le choix avec d’autres matériaux, le rPET n’est pas forcément la meilleure option…

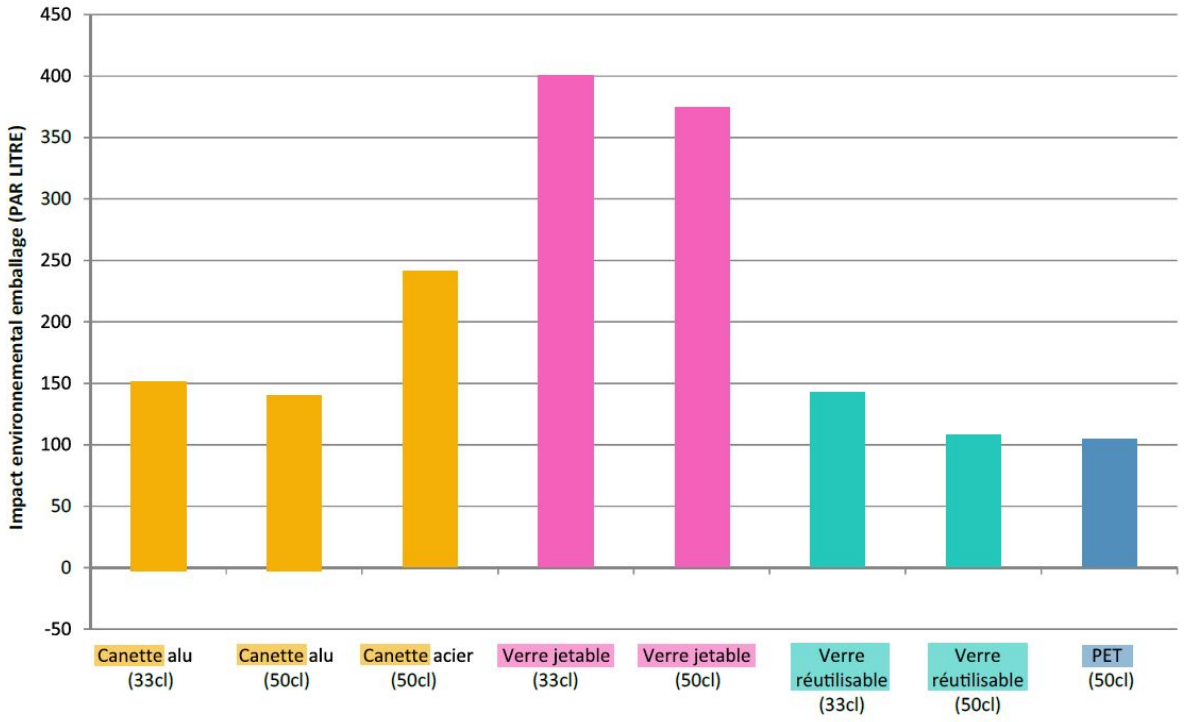
Y a-t-il des alternatives plus durables ?

Oui, mais il y a des nuances.

Quand on se penche sur les écobilans d’emballages pour boissons, on constate que **les bouteilles en plastique (PET) gagnent en général face aux autres emballages jetables** (canette en métal, verre jetable, carton à boisson[4]…).



Impact sur l'environnement de l'emballage pour un litre d'eau gazeuse[5].



Impact sur l'environnement de l'emballage pour un litre de bière[6].

Et comme **le rPET est plus écologique que le PET non recyclé**, il devrait faire encore mieux. Ceci dit, **ça reste un emballage jetable**. On ne remet donc pas en cause le système de l'emballage à usage unique qui produit de grandes quantités de déchets. Par

ailleurs, le recyclage n’est pas une boucle sans fin. Après 10 cycles, on a perdu environ 50% de la matière[7]. Il y a aussi encore beaucoup de PET qui est recyclé en objets non recyclables, comme des pulls. Les cycles de recyclages s’arrêtent alors et on perd encore de la matière.

> **Voir aussi : Quelles sont les limites du recyclage ?**

Malheureusement, les études n’ont pas encore comparé le rPET à d’autres emballages. Ce serait notamment intéressant de le comparer à des emballages réutilisables. On voit dans les graphiques ci-dessus que **les bouteilles en verre réutilisable peuvent rivaliser avec celles en plastique jetable**

Les systèmes réutilisables sont généralement au moins aussi bons que des systèmes jetables dont le recyclage est optimal. Et quand différence il y a, elle est souvent plutôt peu marquée et pourrait basculer en fonction des hypothèses reprises (nombre de kilomètres parcourus par la bouteille, nombre de réutilisations…). Comme on le voit ici dans les graphiques en fonction de la boisson et de la taille de bouteille notamment[8].

> **Lire aussi : Écobilan & bilan carbone : 5 questions pour mieux les comprendre.**

Cela étant dit, et ça a son importance, **les études** qui comparent bouteilles à usage unique en (r)PET et bouteilles réutilisables en verre **ne tiennent pas compte :**

- de la pollution par les **microplastiques** (que le verre ne produit pas, par définition)[9].
  > Lire aussi : Comment les microplastiques polluent-ils l’environnement ?

- de la **migration de composés polluants** de la bouteille vers la boisson, que l'on va donc consommer (le verre est neutre à cet égard)[10].

- du risque d’**abandon dans la nature** de bouteilles en plastique[11]. Un déchet reste un déchet, même s’il est en plastique recyclé.

Les bouteilles réutilisables ont également peu évolué depuis 30 ans, contrairement au recyclage qui a été sans cesse amélioré. Or les systèmes de bouteilles consignées pourraient être améliorés :

- avec des bouteilles standardisées (actuellement il y a de nombreuses bouteilles spécifiques à une marque, ce qui empêche les économies d’échelle) ;
- avec une augmentation du nombre d’unités de nettoyage locales (moins de kilomètres parcourus) ;
- avec un accès au système de consignes facilité pour les petits producteurs.

> Lire aussi : « Des initiatives redéveloppent la consigne en Belgique ».

À quels critères être attentif pour bien choisir ?

Quand on parle d’emballage pour boissons, on est attentif à :

- la production de l’emballage ;
- le transport (surtout si c’est un emballage réutilisable) ;
- la recyclabilité de la matière qui compose l’emballage ;
- la quantité de déchets produite.

La meilleure option dépend souvent de la boisson :

- **Pour l’eau**, on préfère l’eau du robinet. Pas d’emballage, de bonne qualité et disponible partout.
- **Pour l’eau pétillante**, on préfère de l’eau du robinet avec une machine à gazéifier l’eau (de type Sodastream). Ça fonctionne aussi pour faire des sodas maison, dont on contrôle en plus la quantité de sucre.
- **Pour les autres boissons** :
    - On préfère les bouteilles en verre réutilisables. On préfère les bouteilles en verre réutilisables. Si elles ne sont pas toujours les meilleures pour l’environnement selon les écobilans, elles sont souvent très proches des meilleures bouteilles à usage unique en plastique. On rappelle que ces études ne tiennent pas compte des microplastiques ou des migrations de polluants, inconvénients que le verre ne présente pas.
    - Si la boisson n’est pas disponible en bouteilles réutilisables, on préfère la bouteille en rPEt (idéalement 100% plastique recyclé). Enfin, on s’oriente sinon vers une bouteille en PET. Les cannettes sont généralement moins écologiques. Pour les cartons à boissons, ça dépend. Seul le verre à usage unique est toujours bon dernier[12].

Optimiser l’utilisation pour réduire les impacts

Que faire quand je ne l’utilise plus ?

Quand elle est vide, on met bien entendu sa bouteille en rPET dans le sac bleu, pour qu’elle puisse être à nouveau recyclée. Avec les bouteilles recyclées, on peut fabriquer d’autres bouteilles, des raviers, des pulls…

Plus d’infos

- Me raconte pas de salades ! 9 objets écolos à l’interrogatoire
- Écouter l'épisode de notre podcast "écoconso & vous" consacré à la bouteille en plastique recyclé
- Zéro déchet : le réutilisable est-il toujours plus écologique ?
- La méthode ÉCO : 3 étapes pour moins et mieux consommer

[1] 25% de plastique recyclé dans les bouteilles en PET en 2025 (en moyenne par pays), 30% de plastique recyclé dans les bouteilles tous plastiques confondus en 2030. Le PET est le plastique le plus répandu dans nos bouteilles (sodas, eaux, jus…).

[2] Sur base d'un rendement de recyclage de 93%, ce qui est le rendement du recyclage des bouteilles en PET transparentes et bleutées en Suisse. Source : PET Recycling Schweiz. Les pertes sont liées à la transformation (le recyclage), ce n'est pas spécifique au plastique.

[3] Source : « Plastic or glass: a new environmental assessment with a marine litter indicator for the comparison of pasteurized milk bottles », The International Journal of Life Cycle Assessment (2021).

[4] Pour les cartons à boissons ça dépendra de la boisson. On vous renvoie vers l'étude suisse complète qui a aussi analysé l'Ice Tea, le lait, le vin…

[5] Graphique traduit et simplifié par écoconso sur base de l'étude Ökobilanz Getränkeverpackungen (BAFU / Carbotech, 2014).

[6] Graphique traduit et simplifié par écoconso sur base de l'étude Ökobilanz Getränkeverpackungen (BAFU / Carbotech, 2014).

[7] Sur base d'un rendement de recyclage de 93%, ce qui est le rendement du recyclage des bouteilles en PET transparentes et bleutées en Suisse. Source : PET Recycling Schweiz. Les pertes sont liées à la transformation (le recyclage), ce n'est pas spécifique au plastique.

[8] Une bouteille d'eau en verre réutilisable (de 1l) fait jeu égal avec des bouteilles en PET de 0,5l. Elle est par contre moins bonne que la bouteille en PET de 1,5l (tout est cependant ramené au litre pour comparer les bouteilles). C'est logique : plus la bouteille est petite, plus il y a d'emballage par unité d'eau transportée : trois petites bouteilles de 0,5l pèsent plus lourd qu'une bouteille de 1,5 litre. Idéalement il aurait fallu comparer une bouteille d'un litre en PET à usage unique et une d'un litre en verre réutilisable, mais cette étude ne l'a pas fait[8].

[9] Pollution avérée (on trouve des microplastiques partout, notamment dans de l'eau en bouteille) mais on en connaît encore peu les impacts sur l'environnement ou la santé.

[10] Les migrations sont connues et encadrées par des normes et ne posent normalement pas de risque pour la santé, mais ça reste une pollution qui s'ajoute aux autres. Et puis pensons simplement au bisphénol A, perturbateur endocrinien interdit par ex. dans les biberons, mais qui a pourtant été autorisé pendant de nombreuses années avant d'être interdit pour cet usage.

[11] Qui n’est pas « la faute de la bouteille », mais utiliser des bouteilles en plastique là où elles pourraient être remplacées par autre chose ne peut que favoriser cette pollution.

[12] Si on veut chipoter, le verre, l’acier et l’alu se recyclent très bien, contrairement au PET. Certes on arrive maintenant à le recycler pour en faire d’autres bouteilles, ce qui est une belle avancée, mais les chiffres montrent que malgré ça, il y a encore une bonne part de PET recyclé qui est utilisé pour d’autres usages que des objets recyclables (comme des pull en polaire).