

# Quel textile écologique choisir pour ses vêtements ?

**Matières naturelles, animales, semi-synthétiques... Quelles fibres textiles préférer ? Conseils pour acheter des vêtements écologiques.**



Quel textile écologique choisir pour ses vêtements ?

## Sommaire

- [Comprendre les types de fibres utilisées](#)
- [Décoder les étiquettes](#)
- [Préférer des fibres naturelles végétales écologiques](#)
- [Opter pour du lyocell ou modal, fibres semi-synthétiques](#)
- [Se méfier de certaines fibres naturelles animales](#)
- [Éviter les fibres chimiques synthétiques](#)
- [Où trouver des textiles écologiques ?](#)

-----

Le secteur du textile est loin d'être un bon élève en matière d'écologie. Et l'étape qui pèse le plus lourd dans la balance, c'est la fabrication des matières premières.

On pense peu à regarder l'étiquette d'un vêtement - de seconde main ou non - avant de passer en caisse. Pourtant, le choix de la ou des fibres utilisées pour confectionner le vêtement a un impact important sur l'environnement et, pour les fibres animales, sur le bien-être animal.

Alors, quelles fibres éviter ? Comment choisir des textiles naturels ? Voici quelques conseils pour faire

un choix responsable quand on fait son shopping<sup>[1]</sup>.

## Comprendre les types de fibres utilisées


Pas facile de s'y retrouver parmi toutes les matières employées pour concevoir un vêtement. Avant d'entrer dans le vif du sujet, voici un petit résumé pour comprendre les grandes catégories de fibres.

On distingue deux familles de fibres : naturelles et chimiques.










Les fibres **naturelles** sont issues de produits de la nature et ne nécessitent pas de transformation chimique. Elles peuvent être :

- [végétales](#) : coton, lin, chanvre, ortie ;
- [animales](#) : cuir, soie, laine, duvet, fourrure.

### TYPES DE FIBRES NATURELLES



Il existe 2 sortes de fibres naturelles : les fibres végétales ou animales.

Fibres végétales	Fibres animales
Coton 	Cuir 
Lin 	Soie 
Chanvre 	Laine 
Ortie 	Duvet 
	Fourrure 

Plus d'infos : [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

Les fibres **chimiques** nécessitent une transformation chimique. Elles peuvent être :

- [artificielles](#) (ou « semi-synthétiques ») : viscose/rayonne, Tencel/lyocell, modal ;
- [synthétiques](#) : polyester, élasthane, nylon, polyamide, acrylique.

## TYPES DE FIBRES CHIMIQUES

écoconso

Il existe 2 sortes de fibres chimiques : les fibres artificielles (aussi appelées "semi)-synthétiques") ou synthétiques.

### Fibres artificielles

Viscose,  
rayonne



Tencel,  
lyocell



### Fibres synthétiques

Polyester



Elasthane



Nylon



Acrylique



Plus d'infos : [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

On remarque au passage que les fibres végétales, artificielles et synthétiques sont vegan.

## Décoder les étiquettes



Premier réflexe : on consulte l'étiquette du vêtement. Tout textile commercialisé en Europe doit être étiqueté. Sur cette étiquette doivent être mentionnés :

- les [conseils d'entretien du produit](#) ;
- la composition avec le pourcentage en poids de chaque matière utilisée. On peut voir toutes les dénominations dans [l'annexe](#) de cette législation de la commission européenne.

Si le produit n'est composé que d'un seul type de fibre, il sera précisé « 100% », « Pur », « Tout » ou encore uniquement l'appellation de la fibre. On préfère d'ailleurs les textiles sans mélange si c'est possible, il se recyclent bien mieux !

On ne retrouve malheureusement pas sur l'étiquette les substances qui ont potentiellement été rajoutées à la fibre, par exemple lors de la teinture, d'une impression textile ou d'une finition (rigidité, imperméabilité, infroissable, anti-odeur...)...

On essaie malgré tout d'éviter les substances néfastes comme les [perturbateurs endocriniens](#) ou les [PFAS](#)). Voici quelques conseils.

- Préférer les textiles de seconde main (les substances néfastes partent petit à petit au lavage).
- Opter pour des [textiles labellisés](#). Les labels restreignent les substances autorisées.
- Laver ses vêtements et autres textiles avant de les porter pour la première fois.
- Se renseigner sur les substances ajoutées en interpellant les entreprises grâce à l'application [Scan4chem](#).





## Préférer des fibres naturelles végétales écologiques



Ces fibres sont issues de végétaux (elles sont donc toutes vegan !) et ne nécessitent aucun traitement chimique.

On reste quand même attentifs : des substances chimiques peuvent être ajoutées lors du processus de création ou de finition pour donner des propriétés particulières au textiles<sup>[2]</sup>.

Toutes les fibres naturelles n'ont pas les mêmes impacts environnementaux. On préfère le [lin](#), [l'ortie](#) et le [chanvre](#) pour les fibres « vierges »<sup>[3]</sup>, si possible en **bio et local**. Les **fibres recyclées** ont également un impact modéré en termes d'émissions de gaz à effet de serre.

> **En savoir plus : [Coton, lin, chanvre & co : tout savoir sur les fibres textiles végétales](#)**

Fibre	Écologique ?	Avantages	Inconvénients
<a href="#">Coton</a>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fraicheur au niveau de la peau</li> <li>• Facilité d'entretien</li> <li>• Peu couteux</li> <li>• Hypoallergénique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sèche lentement</li> <li>• Peut rétrécir en machine</li> </ul>
<b>Coton bio</b>			
<b>Coton recyclé</b>			
<a href="#">Lin</a>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Doux</li> <li>• Solide</li> <li>• Thermorégulateur</li> <li>• Absorbe l'humidité</li> <li>• Résistant</li> <li>• Antibactérien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se froisse</li> <li>• Coût élevé</li> </ul>

<a href="#">Ortie (ramie)</a>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thermorégulatrice</li> <li>• Brillance</li> <li>• Évite les mauvaises odeurs</li> <li>• Solide</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se froisse</li> <li>• Coût élevé</li> </ul>
<a href="#">Chanvre</a>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thermorégulateur</li> <li>• Antibactérien</li> <li>• Solide</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peut gratter</li> <li>• Rêche (lors des premières utilisations)</li> <li>• Coût élevé</li> </ul>



## Opter pour du lyocell ou modal, fibres semi-synthétiques

Bonne nouvelle : les fibres chimiques artificielles (aussi nommées « semi-synthétiques ») sont réalisées à partir de matériaux naturels (de pâte de bois de bambou, hêtre, eucalyptus...). Mais tout n'est pas rose pour autant : les fibres semi-synthétiques demandent une transformation chimique qui utilise des substances plus ou moins néfastes selon la fibre. C'est d'ailleurs le type de solvants employés qui va orienter notre choix.

On se méfie de la [viscose](#) : de nombreuses substances chimiques sont utilisées pour transformer la pâte de bois.

Heureusement, le procédé de production du [lyocell ou du modal](#) est plus vertueux (mais aussi plus coûteux). Les solvants utilisés pour la création sont moins toxiques que ceux employés pour la production de [viscose](#) et sont utilisés en boucle fermée (ils sont réutilisés et ne sont donc pas rejetés dans l'environnement).

> **En savoir plus** : [Tout savoir sur les fibres textiles artificielles ou "semi-synthétiques"](#)

Fibre	Écologique ?	Avantages	Inconvénients
<a href="#">Tencel™ / Lyocell et modal (hêtre, eucalyptus...)</a>	 (si forêt labellisée FSC)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absorbe l'humidité (++)</li> <li>• Limite les mauvaises odeurs</li> <li>• Léger</li> <li>• Ne froisse pas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coût élevé</li> </ul>
<a href="#">Viscose, rayonne (bambou...)</a>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Légère</li> <li>• Brillante</li> <li>• Peu couteuse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peut rétrécir</li> <li>• Retient peu l'humidité</li> <li>• Peu isolante</li> <li>• Propice aux mauvaises odeurs</li> </ul>

## Se méfier de certaines fibres naturelles animales



















Les fibres et matières animales ont souvent des conséquences néfastes :





- sur l'environnement : l'élevage de ces animaux émet une quantité non négligeable de gaz à effet de serre (spécialement pour la [laine](#) et le [cuir](#) !)
- sur le bien-être animal : les conditions d'élevage et la fin de vie des animaux sont en général

désastreuses (on prélève souvent la matière sur l'animal décédé).

Alors on opte pour des matières locales et labellisées ou des textiles en seconde main, upcyclés ou recyclés.

> Pour en savoir plus : [Laine, cuir, soie & co : tout savoir sur les fibres textiles animales](#)

Fibre	Écologique ?	Bien-être animal	Avantages	Inconvénients
<a href="#">Cuir</a>	 (si sous-produit de l'industrie de la viande)		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Résistant</li> <li>• Respirant</li> <li>• Souple</li> <li>• Isolant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coût élevé</li> <li>• Entretien difficile</li> </ul>
<a href="#">Soie</a>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infroissable</li> <li>• Résistante</li> <li>• Absorbe l'humidité</li> <li>• Douce</li> <li>• Légère</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu isolante</li> <li>• Entretien difficile</li> <li>Sensible aux frottements</li> </ul>
<a href="#">Duvet</a>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tient chaud</li> <li>• Léger</li> <li>• Isolant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perd ses propriétés isolantes s'il est mouillé</li> <li>• Sèche lentement,</li> <li>• Coût élevé,</li> <li>• Entretien difficile</li> </ul>
<a href="#">Duvet recyclé</a>				
<a href="#">Laine de mouton/ mérinos</a>		 (si sans mueseling)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tient chaud</li> <li>• Limite les mauvaises odeurs</li> <li>• Évacue la transpiration</li> <li>• Sèche relativement rapidement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peut rétrécir en machine</li> <li>• Bouloche</li> <li>• Appréciée des mites</li> <li>• Lourde</li> <li>• Rugueuse</li> </ul>
<a href="#">Laine recyclée</a>				
<a href="#">Laine d'alpaga ou de vigogne</a>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Résistante</li> <li>• Tient chaud</li> <li>• Thermorégulatrice</li> <li>• Douce</li> <li>• Sèche rapidement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Appréciée des mites</li> <li>• Coût élevé</li> <li>• Entretien difficile</li> </ul>
<a href="#">Laine de chèvre cachemire</a>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thermorégulatrice</li> <li>• Confortable</li> <li>• Légère</li> <li>• Douce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peut rétrécir en machine</li> <li>• Appréciée des mites</li> <li>• Coût élevé</li> </ul>
<a href="#">Laine de chèvre angora (mohair)</a>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thermorégulatrice</li> <li>• Confortable</li> <li>• Légère</li> <li>• Douce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peut rétrécir en machine</li> <li>• Appréciée des mites</li> <li>• Entretien difficile</li> </ul>

<b>Laine de lapin Angora</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Douce</li> <li>• Isolante</li> <li>• Thermorégulatrice</li> <li>• Absorbe l'humidité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coût élevé</li> <li>• Bouloche</li> </ul>
<b><u>Fourrure</u></b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tient chaud</li> <li>• Résistante</li> <li>• Longévité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entretien difficile</li> </ul>







## Éviter les fibres chimiques synthétiques

L'impact environnemental des fibres synthétiques est considérable à plusieurs niveaux. On note au passage que ces fibres sont par définition vegan.

- Elles sont produites majoritairement à base d'hydrocarbures (notamment de pétrole), ressources non renouvelables et non locales.
- Leur procédé de production est énergivore et nécessite des solvants et autres produits chimiques.
- L'utilisation et l'entretien de ces matières [participent à la pollution plastique et microplastique](#).

Si, vraiment, on veut opter pour des fibres synthétiques, on choisit un textile recyclé. Mais on garde en tête que, même recyclé, le tissu a dû être transformé et aura tout de même un impact lors de l'entretien.

> En savoir plus : [Nylon, polyester... : tout savoir sur les fibres textiles synthétiques](#)

Fibre	Ecologique	Avantages	Inconvénients
<b><u>Polyester</u></b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Isolant</li> <li>• Sèche vite</li> <li>• Facile d'entretien</li> <li>• Bon marché</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bouloche</li> <li>• Propice aux mauvaises odeurs</li> <li>• Sensible au feu</li> <li>• Moins chaud que la <a href="#">laine</a> et le <a href="#">duvet</a></li> </ul>
<b>Polyester recyclé</b>			
<b><u>Élasthane</u></b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Élastique</li> <li>• Sèche vite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu résistante</li> <li>• Durée de vie réduite</li> </ul>
<b><u>Nylon Polyamide</u></b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sèche vite</li> <li>• Résistant</li> <li>• Imperméable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bouloche</li> <li>• Sensible à la chaleur</li> </ul>
<b>Nylon recyclé</b>			
<b><u>Acrylique</u></b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bon marché</li> <li>• Léger</li> <li>• Facile d'entretien</li> <li>• Isolant</li> <li>• Doux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bouloche très vite</li> <li>• Peu solide</li> <li>• Propice aux mauvaises odeurs</li> <li>• Provoque des allergies</li> </ul>

## Où trouver des textiles écologiques ?

Pas simple de savoir où trouver toutes ces alternatives... Et pourtant, elles se développent de plus en plus en Belgique et aux alentours !

> On retrouve toutes nos bonnes adresses pour acheter des matières naturelles, recyclées, écolabellisées, [belges... ici : Où acheter des vêtements ou textiles écologiques en Belgique ?](#)

Valbiom, par exemple, essaie de développer depuis ces dernières années la filière du [lin](#) et du [chanvre](#), deux cultures particulièrement adaptées à nos régions.

## En savoir plus

- [The Good Goods](#) propose un glossaire des matières textiles très détaillé.
- [We Dress Fair](#) propose également un lexique des matières et renseigne quelques marques qui proposent chacune de ces fibres.

## Pour tout savoir sur les différents types de fibres :

- [Coton, lin, chanvre et co : tout savoir sur les fibres végétales](#)
- [Laine, cuir, soie et co : tout savoir sur les fibres animales](#)
- [Tout savoir sur les fibres artificielles ou "semi-synthétiques"](#)
- [Nylon, polyester....: tout savoir sur les fibres synthétiques](#)

---

*[1] Attention : les impacts vont également dépendre du lieu de production, des techniques utilisées... Il s'agit ici d'une vision globale ne pouvant pas prendre en compte toutes les différences individuelles de production (petits élevages, production en monoculture ou production familiale...).*

*[2] Par exemple pour que le textile soit « infroissable »*

*[3] Par opposition aux fibres recyclées*

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

**Source URL:** <https://www.ecoconso.be/content/quel-textile-ecologique-choisir-pour-ses-vetements>