Articles

Les noix de lavage sont-elles écologiques et efficaces ?

Les noix de lavage sont un produit naturel pour faire la lessive. Mais elles ne seraient pas si écologiques et efficaces qu'il y paraît. On fait le point.

Les noix de lavage : écologiques et efficaces ?

Après avoir connu un grand engouement il y a quelques années, les noix de lavage restent connues comme une alternative au produit lessive classique. Leurs défenseurs leur trouvent de nombreux avantages, parmi lesquels le fait d'être une lessive 100% naturelle. Mais les détracteurs des noix de lavage leur reprochent notamment de venir de loin et de ne pas être efficaces pour laver le linge. Voici un tour des arguments pour se faire son propre avis.

Sommaire :

- Les noix de lavage, c'est quoi ?
- Avantages des noix de lavage
- Les doutes et inconvénients
  - L'efficacité
  - L'impact écologique
  - Le transport
  - Les aspects sociaux

- Des alternatives plus écologiques ?

- - - - - - - - - -

Les noix de lavage, c’est quoi ?

Les noix de lavage sont considérées comme une alternative aux produits de lessive classiques. **Leur coquille contient de la saponine, un agent lavant naturel,** libéré au contact de l’eau dès 30°C.

Originaires d’Inde et du Népal, ces noix proviennent de l’arbre *Sapindus mukorossi*[1]. On l’appelle aussi « arbre à savon ». Une fois qu’il commence à produire, l’arbre peut fournir des noix pendant des décennies. Leur utilisation est ancestrale pour les populations locales.[2]

L’utilisation des noix est simple : on glisse quelques coquilles d**ans un sachet en tissu qu’on place ensuite dans le tambour de la machine à laver.** En fonction de la température de lavage, il est possible de réutiliser les mêmes coquilles plusieurs fois.

Avantages des noix de lavage

Les noix de lavage ont plusieurs avantages qui ont contribué à leur popularité :

- C’est un produit **naturel et végétal.** Il s’agit donc d’une ressource renouvelable.
- Les coquilles de noix ne contiennent **pas d’additifs**, contrairement aux lessives classiques. Elles sont sans parfum, sans composés pour adoucir l’eau…
- On utilise les coquilles brutes, **sans transformation industrielle**. La préparation est manuelle et consiste simplement à enlever la noix et faire sécher les coquilles. Ensuite, leur contact avec l’eau suffit à libérer les saponines aux propriétés lavantes.
- Leur **emballage est souvent fait de carton ou de tissu**. On évite ainsi les bidons en plastique.
- La lessive aux noix de lavage est bien **supportée par les personnes fragiles** (enfants, peaux sensibles…).
- Le rendement est **économique** car il ne faut que 4 à 6 noix par lavage et les fabricants conseillent de les réutiliser 2 à 3 fois en cas de lavage à basse température.[3]
- La lessive aux noix de lavage est **douce pour les tissus et les couleurs.**
- On trouve désormais dans le commerce des **noix de lavage certifiées** Ecocert ou Cosmebio ou Oxfam.
- On peut **composter** les noix de lavage. Mais leur dégradation est difficile et prend du temps. Lors du tamis, il faut donc remettre les noyaux dans le bac à compost avec des déchets frais pour qu’ils poursuivent leur dégradation.

Les doutes et inconvénients

L’efficacité

Certaines personnes utilisent les noix de lavage de longue date et ne jurent que par elles. D’autres ne sont pas du tout convaincues.[4]

Deux études et des associations de défenses des consommateurs se sont penchés sur l'efficacité des noix de lavage comme produit de lessive alternatif. Les tests ont porté sur des textiles tachés de café, jus de fruit, graisse, chocolat, maquillage, vin, ketchup, sang, sébum… lavés à 20, 30, 40 ou 60°C. Le constat est qu'utiliser des noix de lavage se révèle **aussi efficace que lessiver seulement avec de l'eau**.[5]

Ces résultats sont à mettre en perspective avec les recommandations des fabricants qui préconisent de détacher avant lavage et d'ajouter du bicarbonate de soude pour le linge de couleur et un blanchissant pour le linge blanc.

L'impact écologique

Les extraits de saponine contenus dans les noix de lavage sont réputés pour leurs propriétés antibactérienne, insecticide, molluscicide, fongicide et toxique pour les poissons.[6] Mais des études[7], notamment sur l'utilisation industrielle des noix de lavages tendent à montrer que celles-ci sont plus écologiques que les détergents synthétiques. Elles présenteraient moins de risques pour l'environnement : leur origine naturelle les rendrait plus biodégradables, biocompatibles (compatibles avec les milieux biologiques)…

Reste qu'aucune étude ne compare les impacts de leur utilisation par les ménages européens, en comparant celui-ci à des produits lessives classiques ou écologiques. Il est donc difficile de se faire un avis objectif…

Le transport

Les noix de lavage que l'on trouve dans le commerce proviennent d'Inde et du Népal. On peut donc s'interroger sur l'impact du transport de ces noix jusqu'en Europe. Si l'information est précisée chez le fabricant, on opte plutôt pour un transport par bateau, qui est moins polluant.[8]

Les aspects sociaux

Ici encore, les noix sont fabriquées dans des pays lointains où le respect des droits humains et des populations locales n'est pas toujours assuré. Il est légitime de s'interroger sur les conditions de culture et de transformation. Les personnes sont-elles rémunérées correctement ? La cueillette est-elle gérée sans produits dangereux pour les travailleurs ?

Si certains organismes comme Oxfam vendent des noix certifiées équitables, l'information n'est pas facile à trouver chez tous les fabricants.

Des alternatives plus écologiques ?

Les noix de lavage peuvent donc satisfaire les consommateurs qui lessivent du linge peu sale et prédétaché.

> **Voir nos astuces pour enlever les tâches des vêtements.**

Mais si on recherche une lessive douce et écologique, à base de végétaux, on peut plutôt miser sur une lessive maison faite à partir de lierre du jardin. Contenant aussi de la saponine, elle a le mérite d'être locale.

> **Voir la recette de la lessive au lierre.**

On peut aussi préparer une autre lessive à partir des cendres de son poêle à bois. Zéro déchet garanti !

> **Voir la recette de la lessive à la cendre.**

Et au-delà du détergent utilisé, il est important de respecter certaines règles pour laver le linge de façon écologique.

> **Voir 9 conseils pour faire une lessive écologique.**

Sources :

- Zhifeng Liu & al, 2017. Recent advances in the environmental applications of biosurfactant saponins: a review, Journal of Environmental Chemical Engineering.
- Munthana & Khan, 2015. Natural surfactant extracted from Sapindus mukurossi as an eco-friendly alternate to synthetic surfactant – a dye surfactant interaction study in Journal of Cleaner Production, Volume 93, Pages 145-150
- Tmáková, Lenka & Sekretár, Stanislav & Schmidt, Stefan. (2015). Plant-derived surfactants as an alternative to synthetic surfactants: Surface and antioxidant activities. Chemical Papers. 70. 10.1515/chempap-2015-0200.
- Hoque, Chakraborty, Hossain & Alam, 2018. Knit Fabric Scouring with Soapnut: A Sustainable Approach Towards Textile Pre-Treatment in American Journal of Environmental Protection, 7(1): 19-22
- UFC Que Choisir, 2009. Lessive, les alternatives au banc d’essai.
- Choice, 2020. Laundry ball reviews.
- Suhagia, Rathod & Sindhu, 2011. Sapindus mukorossi (areetha): an overview in IJPSR, Vol. 2(8): 1905-1913
- Pilon-Smits & Freeman, 2006. Environmental cleanup using plants: biotechnological advances and ecological considerations, Frontiers in Ecology and the Environ. 4 (2006) 203-210.
- Balakrishnan, Varughese & Deshpande, 2006. Micellar characterization of saponin from Sapindus mukorossi. Tenside Surf. Det. 43(5), 262-268.
- Upadhyay and Singh, 2012. Pharmacological effects of Sapindus mukorossi. Rev. Inst. Med. trop. S. Paulo. Vol.54, n.5, pp.273-280
- Laitala & al., 2012. Cleaning effect of alternative laundry products. In Household and Personal Care Today - Vol. 7 nr. 4.
- Kruschwitz & al., 2013. How Effective are Alternative Ways of Laundry Washing?. In environmental chemistry, Tenside Surf. Det. 50.
- Rupeshkumar, Surekha, Balu and Arun, 2011. Study of functional properties of Sapindus mukorossi as a potential bio-surfactant in Indian Journal of Science and Technology Vol. 4 No. 5, p.530-533

---

[1] L’arbre est aussi exploité pour ses propriétés pharmacologiques, dans la production de cosmétiques, biodiesel, l’amélioration des sols, la décontamination des eaux…

[2] La commercialisation locale apporte des produits de première nécessité pour les ménages mais également du fourrage, de l'ombre, la conservation et l'amélioration des sols...

[3] 1 kg de noix coute entre 9 et 20€ le kilo, ce qui permet de réaliser entre 100 et 150 lavages, ce qui revient à environ 0,11€ le lavage.

[4] Selon les avis clients retrouvés dans les médias, sur les forums et sur les sites de vente.

[5] Laitala & al., 2012 et Kruschwitz & al., 2013. UFC-Que choisir, 2009 et Choice, 2020.

[6] Upadhyay and Singh, 2012.

[7] Tmakova 2015 + Hoque & al, 2018. + Munthana & Khan, 2015

[8] Ministère de la Transition écologique et solidaire, France, 2017. Information GES des prestations de transport.

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Source URL:
https://www.ecoconso.be/content/les-noix-de-lavage-sont-elles-ecologiques-et-efficaces