Focus

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 ?

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 l'acheter. 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[1].

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 ?

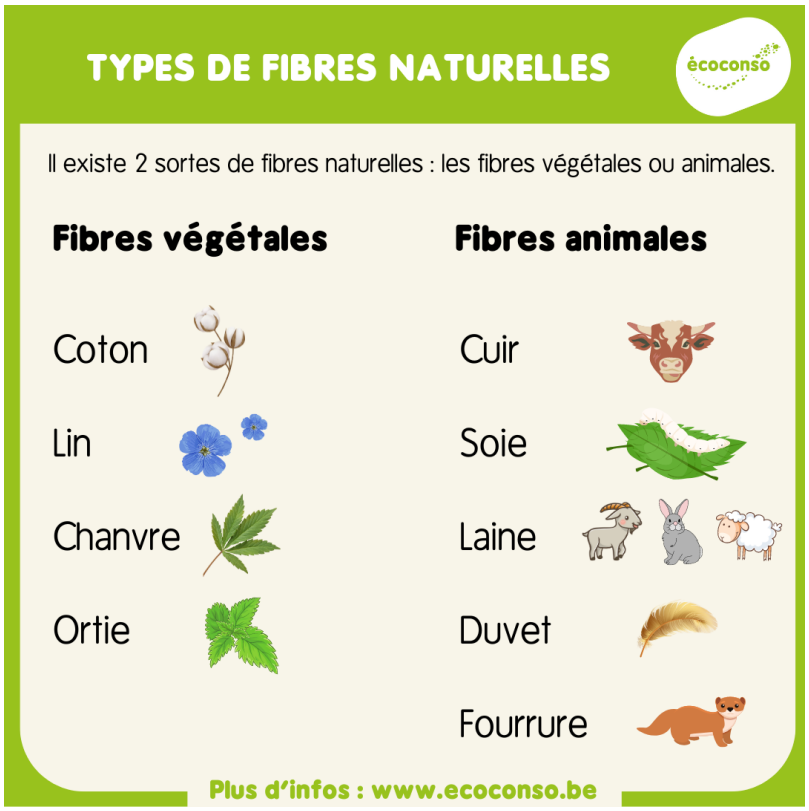
Comprendre les types de fibres utilisées

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.

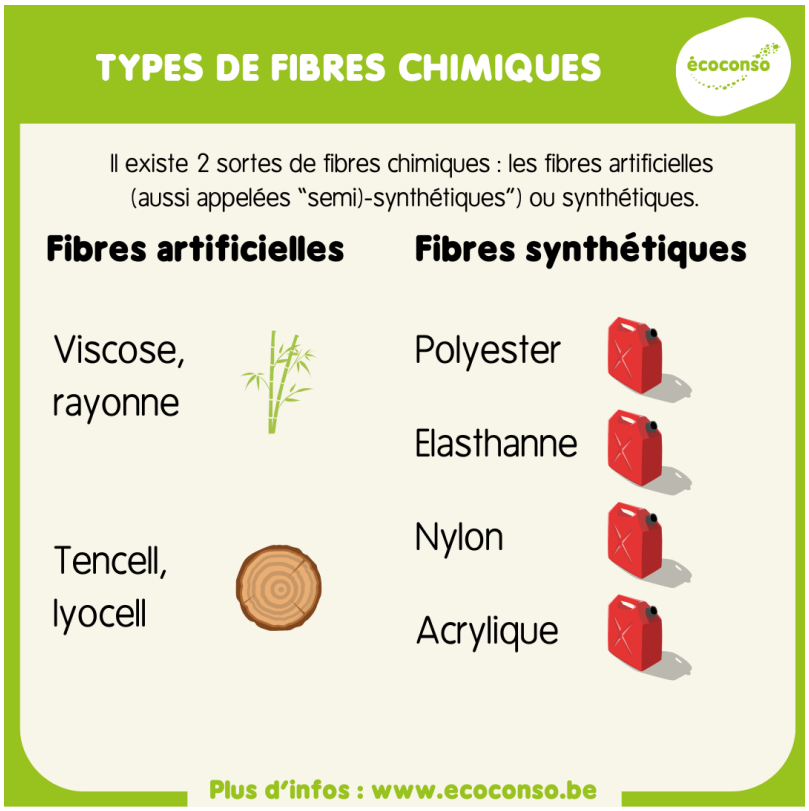
Les fibres **naturelles** sont issues de produits de la nature et ne nécessitent pas de transformation chimique. Elles peuvent être :

- végétales : coton, lin, chanvre, ortie ;
- animales : cuir, soie, laine, duvet, fourrure.



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

- artificielles (ou « semi-synthétiques ») : viscose/rayonne, Tencell/lyocell, modal ;
- synthétiques : polyester, élasthanne, nylon, polyamide, acrylique.



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[2].

Toutes les fibres naturelles n'ont pas les mêmes impacts environnementaux. On préfère le **lin, l'ortie et le chanvre** pour les fibres « vierges »[3], 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
Coton	☹	• Fraicheur au niveau de la peau • Facilité d'entretien • Peu couteux • Hypoallergénique	• Sèche lentement • Peut rétrécir en machine
Coton bio	😐		
Coton recyclé	☺		
Lin	☺	• Doux • Solide • Thermorégulateur • Absorbe l'humidité • Résistant • Antibactérien	• Se froisse • Coût élevé
Ortie (ramie)	☺	• Thermorégulatrice • Brillance • Évite les mauvaises odeurs • Solide	• Se froisse • Coût élevé
Chanvre	☺	• Thermorégulateur • Antibactérien • Solide	• Peut gratter • Rêche (lors des premières utilisations) • Coût élevé

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
Tencel™ / Lyocell et modal (hêtre, eucalyptus…)	☺ (si forêt labellisée FSC)	• Absorbe l'humidité (++) • Limite les mauvaises odeurs • Léger • Ne froisse pas	• Coût élevé
Viscose, rayonne (bambou…)	☹	• Légère • Brillante • Peu couteuse	• Peut rétrécir • Retient peu l'humidité • Peu isolante • Propice aux mauvaises odeurs

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
Cuir	😐 (si sous-produit de l'industrie de la viande)	☹	• Résistant • Respirant • Souple • Isolant	• Coût élevé • Entretien difficile
Soie	😐	☹	• Infroissable • Résistante • Absorbe l'humidité • Douce • Légère	• Peu isolante • Entretien difficile Sensible aux frottements

Duvet	🙂	☹️	• Tient chaud • Léger • Isolant	• Perd ses propriétés isolantes s'il est mouillé • Sèche lentement, • Coût élevé, • Entretien difficile
Duvet recyclé	🙂	🙂		
Laine de mouton/ mérinos	☹️	😐 (si sans mueseling)	• Tient chaud • Limite les mauvaises odeurs • Évacue la transpiration • Sèche relativement rapidement	• Peut rétrécir en machine • Bouloche • Appréciée des mites • Lourde • Rugueuse
Laine recyclée	🙂	🙂		
Laine d'alpaga ou de vigogne	😐	😐	• Résistante • Tient chaud • Thermorégulatrice • Douce • Sèche rapidement	• Appréciée des mites • Coût élevé • Entretien difficile
Laine de chèvre cachemire	☹️	😐	• Thermorégulatrice • Confortable • Légère • Douce	• Peut rétrécir en machine • Appréciée des mites • Coût élevé
Laine de chèvre angora (mohair)	😐	😐	• Thermorégulatrice • Confortable • Légère • Douce	• Peut rétrécir en machine • Appréciée des mites • Entretien difficile
Laine de lapin Angora	😐	☹️	• Douce • Isolante • Thermorégulatrice • Absorbe l'humidité	• Coût élevé • Bouloche
Fourrure	☹️	☹️	• Tient chaud • Résistante • Longévité	• Entretien difficile

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
Polyester	☹️	• Isolant • Sèche vite • Facile d'entretien • Bon marché	• Bouloche • Propice aux mauvaises odeurs • Sensible au feu • Moins chaud que la laine et le duvet
Polyester recyclé	😐		
Élasthanne	☹️	• Élastique • Sèche vite	• Peu résistante • Durée de vie réduite
Nylon Polyamide	☹️	• Sèche vite • Résistant • Imperméable	• Bouloche • Sensible à la chaleur
Nylon recyclé	😐		
Acrylique	☹️	• Bon marché • Léger • Facile d'entretien • Isolant • Doux	• Bouloche très vite • Peu solide • Propice aux mauvaises odeurs • Provoque des allergies

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 | www.ecoconso.be

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