

Questions fréquentes

## Adoucisseurs d'eau: puis-je boire l'eau adoucie?

**Pour plusieurs raisons, il est déconseillé de boire l'eau du robinet si elle est adoucie par un appareil.**



*Peut-on boire l'eau du robinet quand on a un adoucisseur ?*

Si vous habitez une maison où l'eau est adoucie par un appareil placé immédiatement après le compteur d'eau, vous vous demandez peut-être si vous pouvez boire l'eau distribuée par vos robinets. Vous avez raison de vous poser la question.

Il n'est pas conseillé de boire l'eau adoucie par un échangeur d'ions à résines pour plusieurs raisons:

- l'eau adoucie est nettement plus riche en sodium (principal constituant du sel de cuisine) ;
- si les entretiens ne sont pas assez réguliers et rigoureux, les bactéries risquent de proliférer dans le filtre à résines et de contaminer l'eau ;
- attention aux anciennes canalisations: l'eau adoucie peut dissoudre le plomb et le zinc contenus dans les tuyauteries.

**Si l'adoucisseur est bien réglé et correctement entretenu**, on peut boire l'eau adoucie. Mais elle restera **déconseillée** pour les personnes qui souffrent d'**hypertension**, à cause de l'ajout de sel.

**Les autres systèmes** (à CO<sub>2</sub>, magnétiques...) ne présentent pas les mêmes inconvénients. Ils **n'ajoutent pas de sel** mais rendent le calcaire (tartre) plus facile à enlever ou le transforment.

On a souvent peu de retour sur l'efficacité de ces systèmes. Ils ont généralement une efficacité inférieure voire très insuffisante aux adoucisseurs à échange d'ions.

Le CSTC a entamé une campagne d'analyse de ces systèmes, afin d'évaluer leur efficacité. Un [système à CO<sub>2</sub> a été positivement testé](#). Il est **aussi efficace** (dans l'élimination du tartre) que les modèles à sel.

Est-il vraiment nécessaire d'adoucir l'eau de distribution? L'eau dure n'est certainement pas mauvaise pour la santé, mais elle peut entartrer les appareils électroménagers et les chauffe-eau. Ce dépôt de calcaire se fait surtout à partir de 60°C: partout où c'est possible, choisissez une température plus basse. Dans les lessiveuses, ajoutez un anti-calcaire sans phosphates. Les lave-vaisselles possèdent des adoucisseurs intégrés. Robinets, éviers, cafetières et bouilloires peuvent être détartrés [à l'aide de vinaigre](#).

Si l'eau dans votre région est très dure (plus de 30°F), vous pourriez éventuellement envisager l'installation d'un adoucisseur, mais sur le circuit d'eau chaude uniquement.

On peut connaître la dureté de son eau :

- en utilisant des bandelettes indicatrices vendues dans le commerce (drogueries...)
- en allant sur le site de son distributeur d'eau (par ex. [www.swde.be](http://www.swde.be)) ou en lui posant la question directement.

---

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://ecoconso.be/content/adoucisseurs-deau-puis-je-boire-leau-adoucie>