Comparatifs produits

Quels langes utiliser pour la peau de bébé et l'environnement ?

Des plus naturels aux plus toxiques, il y a différents types de langes. Lesquels choisir pour préserver la peau de bébé et l'environnement ?

Quel lange choisir pour respecter la santé de bébé et l'environnement ?

Un bébé porte un lange... presque tout le temps : 23 heures 30 sur 24 pendant 2 ans et demi environ. Il vaut mieux qu'il y soit bien ! Les langes ont aussi un impact important sur l'environnement. À raison de 5 couches par jour en moyenne, bébé porte de 4500 à 6000 langes, depuis sa naissance jusqu'à ce qu'il soit propre.

Il existe des alternatives aux langes classiques pour préserver la santé de bébé et de l'environnement.

Sommaire :

- Privilégier les langes lavables
  - Ils respectent les fesses de bébé
  - Ils allègent la poubelle
  - Ils sont fabriqués en matières naturelles et renouvelables
  - Ils sont plus écologiques... à condition d'être bien lavés et réutilisés
  - Ils sont économiques

- Le compromis : les langes jetables écologiques
  - Meilleurs pour la santé et l’environnement
  - 100 % écologiques ?
  - Des labels à identifier

- Éviter les langes jetables classiques
  - Ils contiennent des substances polémiques
  - Ils incitent à changer bébé moins souvent
  - Leur production est polluante
  - Ils produisent une montagne de déchets

- -

À privilégier : les langes lavables

Les langes lavables n’ont plus rien à voir avec leurs ancêtres ! Adaptés à la morphologie de bébé, ils sont faciles à utiliser.

Les langes lavables se déclinent en différents systèmes et tailles afin de répondre au mieux aux besoins et au quotidien des parents.

> Lire :

- Comment choisir un lange lavable ?
- Où acheter ou louer des langes lavables ?

Quels sont les avantages des langes lavables ?

Ils respectent les fesses de bébé

Les langes lavables sont les plus respectueux de la santé des tout-petits. Ils **laissent bien respirer la peau** et sont **dépourvus de substances chimiques allergisantes** ou, pire, cancérigènes. Ils conviennent donc tout particulièrement aux enfants qui ne supportent pas les couches classiques. Ils permettent aussi de diminuer le risque d'érythème fessier (rougeurs, irritations…) pour autant qu’on les sèche bien avant de les enfiler à bébé.

Ils allègent la poubelle

Les langes lavables représentent une énorme économie de déchets. On jette uniquement le feuillet de protection qui récupère les selles. De la naissance à la propreté, cela fait seulement 150 kg de déchets, soit **85% de déchets de moins qu'avec des langes jetables** ![1]

Ils sont fabriqués en matières naturelles et renouvelables

Les meilleures options sont les textiles bio (chanvre, bambou, voire coton).

Pour faire un choix encore plus écologique, on privilégie les langes labellisés GOTS ou, éventuellement, Oekotex standard 100 (Confiance textiles).

> **Voir plus d'infos sur le choix des matières et les labels.**

Ils sont plus écologiques... à condition d'être bien lavés et réutilisés

Pour laver les langes, on utilise de l'eau, du produit de lessive, de l'énergie… Finalement, ne serait-il pas plus écologique d'utiliser un lange qu'il ne faudra pas laver ?

Les langes lavables ont bien sûr un impact sur l'environnement.[2] Mais leur écobilan global est largement influencé par la façon dont on les entretient. Et l'utilisateur a là un rôle important à jouer. **À condition d'être bien entretenus**, les langes lavables sont plus écologiques que les jetables et ce dès le premier enfant. Si on réutilise les langes (pour un deuxième enfant ou en les revendant), le bilan penche de façon écrasante en faveur du lavable. Avec une **réduction des impacts sur l'environnement jusqu'à 40 %**, selon l'Environment Agency.

> **Lire Comment bien nettoyer et entretenir les langes lavables ?**

Ils sont économiques

Les langes lavables sont plus chers à l'achat. Mais ils permettent d'**économiser 400 à 650 €** par rapport aux langes jetables (selon différentes sources). L'investissement s'avère encore plus avantageux si on réutilise les langes pour plusieurs enfants.

Bonnes nouvelles pour le portefeuille :

- Il est possible de tester ou louer les langes lavables avant de se décider.
- Certaines communes octroient des primes à l'achat.
- On trouve facilement des langes lavables en seconde main.

> Lire plus d'infos sur le prix des langes.

Le compromis : les langes jetables écologiques

On entend parfois parler de langes écologiques, compostables, biodégradables… Ces langes jetables éco sont une alternative pour les parents soucieux de l’écologie mais qui ne souhaitent pas passer au lavable.

Meilleurs pour la santé et l’environnement

Les langes jetables éco sont plus naturels et moins polluants que leurs équivalents classiques :

- Ils se composent en partie de **matières premières renouvelables**, comme la cellulose naturelle (à base d'amidon de maïs ou de bois).
- Les fabricants remplacent le plastique par du bioplastique. Celui-ci est souvent produit à base d’amidon de maïs, une ressource renouvelable et entièrement biodégradable.
- Les langes jetables écologiques sont souvent garantis sans latex, sans parfum, sans métaux lourds, **sans résidus chimiques** et ils ne sont pas blanchis au chlore.
- Les emballages sont plus écologiques : plastique biodégradable, carton, encres végétales…

L’absence de matières polémiques est **aussi bénéfique pour la santé** des enfants. Par exemple, l’absence de parfums réduit le risque d’allergies.

100 % écologiques ?

Mais les langes jetables écologiques ne sont pas 100 % verts :

- Il n’existe pas de lange jetable entièrement compostable ou biodégradable. La mention **« compostable » fait souvent référence à l’emballage uniquement**. Les langes ne sont de toutes façons plus acceptés dans les collectes de déchets organiques en Wallonie depuis 2021 (et ne l'étaient déjà pas à Bruxelles).
- Le bioplastique est une matière plus écologique que le plastique classique. Mais il est critiqué, notamment parce qu’on utilise les terres agricoles pour produire des bioplastiques plutôt que de la nourriture.
- Sans chlore, sans parfum… tous les langes écologiques ne le garantissent pas. On veille à **vérifier les informations**, souvent inscrites sur l’emballage.

Des labels à identifier

Certains langes écologiques peuvent avoir moins d’impacts en matière d’eau, d’énergie, de matières premières, d’emballage et des déchets.

L'idéal est d'opter pour des couches portant un ou plusieurs de ces labels :

FSC : les produits issus du bois (cellulose du bois, carton…) proviennent de forêts gérées de façon durable.

Nordic Swan : limitation de l’impact environnemental lors de la fabrication des langes (énergie, produits chimiques…) mais performance égale aux langes classiques.

Oekotex Standard 100 (Confiance textile) : interdiction de certaines substances nocives dans le produit fini et/ou respect de certains taux.

Écolabel européen : utilisation de matières premières plus respectueuses de l’environnement et limitation des substances nocives.

À éviter : les langes jetables classiques

Ils sont composés en grande partie de matières non renouvelables, additionnés de lotions, responsables de grandes quantités de déchets…

Ils contiennent des substances polémiques

Les langes jetables peuvent s'avérer problématiques pour la peau et la santé des bébés qui les portent. Certains langes peuvent contenir :

- des hydrocarbures aromatiques polycyliques, surnommés HAP. Ces substances sont dérivées du pétrole et certaines sont classées cancérigènes ;
- des traces de glyphosate ou d'autres pesticides classés "cancérigènes probables" ou "cancérigènes possibles" ;
- du plastique au plus près des petites fesses ;
- des lotions parfumées ;
- d'autres produits douteux, comme des résidus chimiques ou des substances allergisantes.

Mieux vaut **éviter de mettre ces substances en contact avec la peau sensible** des bébés, même si les concentrations détectées sont généralement inférieures aux seuils fixés selon *Test-achats* et *60 millions de consommateurs*.

Ils incitent à changer bébé moins souvent

Les langes jetables mettent en avant l'argument des « fesses au sec ». Leur secret ? Une généreuse couche de polyacrylate au cœur du lange, entre des épaisseurs de cellulose et de plastique. En contact avec du liquide, cette matière synthétique serait capable d'absorber 30 fois son poids.[3] Le polyacrylate se transforme alors en gel mais garde environ le même volume.

Comme les langes jetables sont très absorbants, les parents sont parfois tentés de laisser le même lange pendant de longues heures. La peau semble sèche. Mais en réalité, elle est en contact avec l'urine et reste dans une ambiance humide, propice au **développement de rougeurs**.

Leur production est polluante

Les langes lavables et les langes jetables ne polluent pas aux mêmes étapes de leur cycle de vie. L'étape problématique pour la version lavable est l'utilisation, en particulier l'entretien. Si le consommateur adopte quelques bons gestes, l'empreinte écologique du lange diminue.

> Lire Comment nettoyer et entretenir les langes lavables ?

Pour les jetables, c'est surtout la fabrication et le traitement des déchets qui pose problème. Mais le consommateur n'a pas de prise sur ces étapes. C'est surtout aux fabricants de faire des efforts pour alléger l'écobilan des langes, utiliser des matières renouvelables… plutôt que d'opter pour des matériaux synthétiques issus de la pétrochimie dont la production est très gourmande en eau et en énergie. Et qui se dégradent difficilement.

Ils produisent une montagne de déchets

Par définition, les langes jetables servent une seule fois. Ils génèrent une très grande quantité de déchets : les langes représentent plus de 7% des déchets non triés en Wallonie.[4] Soit près d'une tonne de couches par enfant d'ici à ce qu'il soit propre ! (langes

+ selles + urine)

> **Lire [Où jeter les langes pour enfants ?]**

Source : mitsa

Sources

- An updated lifecycle assessment study for disposable and reusable nappies, Environment Agency, octobre 2008
- ADEME, novembre 2015, "Acquisition de connaissances (via une analyse du cycle de vie) sur les pratiques à promouvoir pour limiter les impacts environnementaux des couches lavables".
- 60 millions de consommateurs, février 2017, « Des résidus toxiques dans les couches pour bébés ! »
- Test-Achats, mai 2015, « Langes de bonne (voire meilleure) qualité et moins chers »
- ADEME, juin 2012, « Impacts environnementaux des couches pour bébé »
- Intradel, « Le lange lavable, c'est facile à changer », 2017

- -

[1] Intradel, « Le lange lavable, c'est facile à changer », 2017

[2] Les langes lavables génèrent des émissions de gaz à effet de serre, contribuent à épuiser les ressources naturelles et participent à l'acidification de l'atmosphère.

[3] https://www.pampers.be/fr-be/pourquoi-pampers/qualite-et-securite/artic…

[4] en 2009 et 2010. Ces 7.1% représentent en moyenne 11kg par personne et par an en Wallonie, sachant que seuls les ménages avec enfants produisent des langes et que ce chiffre concerne tous les habitants (parents ou non). Une partie des langes est aussi déposée dans les collectes d'organiques. À titre de comparaison, un wallon jette 12,75 kg de PMC par personne et par an. (Plan wallon des déchets-ressources, 2017)

Source URL:
https://ecoconso.be/content/quels-langes-utiliser-pour-la-peau-de-bebe-et-lenvironnement