



Association pour la santé environnementale du Québec  
Environmental Health Association of Québec

## ECO-JOURNAL

Décembre 2022

*Victoria Prentice-Funk*

### Les paillettes, sont-elles mauvaises pour la santé et l'environnement ?

Les paillettes ont la réputation d'être omniprésentes - touchez une carte d'anniversaire scintillante et vous en trouverez des éclats dans votre nourriture, vos cheveux et votre tapis pendant des mois. C'est tellement désagréable que c'est devenu une tendance de « bombarder de paillettes » vos ennemis. C'est vrai, les paillettes sont devenues une arme ; les filles qui rendent de vieux chandails à capuche à leurs ex se débarrassent du chandail et de tonnes de paillettes dans un sac avant de rendre le vêtement. Les paillettes se retrouvent partout et causent un énorme désagrément. Elles se retrouvent vraiment partout : pas seulement chez vous, mais aussi dans les coins les plus reculés de la Terre.

La raison pour laquelle cela est si mauvais est que les paillettes sont en fait des microplastiques ! Ce qui est vaguement défini comme de petites particules de plastique de moins de 5 millimètres de taille (Matei, 2020). Ces petits éclats peuvent être rejetés dans l'environnement directement,

ou provenir de déchets plastiques plus importants qui se dégradent en fragments de plastique plus petits. Les paillettes sont généralement fabriquées à partir d'un plastique appelé polyéthylène téréphtalate (PET), qui est recouvert d'aluminium pour créer une surface réfléchissante. Certaines paillettes peuvent également être fabriquées en





polychlorure de vinyle (PVC), une autre matière plastique (Matei, 2020). Pour faire simple, les paillettes sont aussi des microplastiques. Et comme les microplastiques représentent une grande partie de la pollution mondiale, il est important de comprendre comment ils affectent la santé humaine et environnementale.

Un grand nombre de microplastiques finissent dans l'océan où ils peuvent être confondus avec des œufs de poisson et ingérés par d'autres créatures marines. Une fois ingérés, ces minuscules morceaux de plastique peuvent se coincer dans leur estomac et provoquer une malnutrition, une perte de poids importante et finalement la mort (*Yes, Glitter Really Is Bad for the Environment*, date inconnue). La grande majorité des poissons et le reste de la chaîne alimentaire sont désormais contaminés par les microplastiques. Plus on remonte dans la chaîne alimentaire, plus la contamination par les microplastiques est condensée et saturée dans cet animal. Lorsque le sous-produit animal arrive sur notre table, il est déjà fortement contaminé par les microplastiques. En outre, comme les microplastiques sont minuscules, ils contaminent également l'eau elle-même. Ils sont donc également présents dans notre eau potable. On en est arrivé au point où les microplastiques se retrouvent même dans le placenta des enfants à naître (Carrington et éditeur, 2020).

La deuxième façon dont les microplastiques polluent l'environnement est par l'air (Matei, 2020). Les paillettes étant très légères et très petites, elles sont facilement transportées sur de longues distances dans l'air. La qualité de l'air est très importante pour la santé humaine, donc polluer l'air de quelque manière que ce soit est une mauvaise nouvelle. Le pire, c'est lorsque les paillettes sont inhalées. L'inhalation de paillettes est si dangereuse, car elle peut amener des produits chimiques dans les parties inférieures des poumons et peut-être même dans la circulation sanguine (Cunningham, 2018). Si les paillettes entrent dans vos yeux, elles peuvent vous faire perdre la vue. Sachant cela et sachant que les fards à paillettes existent, on se sent mal.

Les paillettes semblent avoir été introduites dans presque tous les produits de consommation imaginables, elles sont même présentes dans nos boissons et nos aliments sous forme de « paillettes comestibles » (Stieg, date inconnue). C'est terrible. C'est quelque chose dont il faut tenir compte, surtout pour une population qui est si sensible aux produits chimiques !



## Bibliographie

Carrington, D., & editor, D. C. E. (2020, December 22). Des microplastiques révélés dans les placentas des bébés à naître. *The Guardian*.

<https://www.theguardian.com/environment/2020/dec/22/microplastics-revealed-in-placentas-unborn-babies>

Cunningham, T. (2018, 1er février). *Pourquoi les paillettes sont si toxiques que certains scientifiques veulent les interdire..* Mail Online.

<http://www.dailymail.co.uk/femail/article-5337969/Why-glitter-toxic-scientists-want-banned.html>

Matei, A. (2020, 22 octobre). Les paillettes sont une abomination environnementale. Il est temps d'arrêter de les utiliser. *The Guardian*.

<https://www.theguardian.com/commentisfree/2020/oct/22/glitter-environment-microplastics-hazard>

Stieg, C. (date inconnue). *Les aliments pailletés à la mode que vous avez vus partout sur Instagram ne sont peut-être pas sans danger - voici comment le savoir..* Business Insider. Consulté le 21 mars 2022 à l'adresse <https://www.businessinsider.com/is-glittery-food-on-instagram-safe-2018-4>.

*Oui, les paillettes sont vraiment mauvaises pour l'environnement..* [\(date inconnue\)](#).



[Discover Magazine. Consulté le 21 mars 2022, à l'adresse](#)

[https://www.discovermagazine.com/environment/yes-glitter-really-is-bad-for-the-environment.](https://www.discovermagazine.com/environment/yes-glitter-really-is-bad-for-the-environment)