Par Eric | Ma Vie Éco® | Article réactualisé le 17 juillet 2024

# SAVIEZ-VOUS QUE VOUS MANGEZ DU PLASTIQUE ?

Inquiétant : Vous mangez chaque semaine l'équivalent d'une carte bancaire en microplastiques ! Découvrez ici les conséquences insoupçonnées sur votre santé.

## Et Le Constat est plus grave que vous ne le pensez

### Notre Enquête

Essayons de ne pas trop vous brusquer, vous utilisez du Plastique chez vous ?

- En se désagrégeant, le Plastique se transforme en morceaux puis en microplastiques.
- Les Microplastiques vont dans les rivières et les océans.
- Les Poissons mangent les microplastiques
- Vous mangez des Poissons
- Vous mangez du Plastique

Bon, certes, c'est un raccourci, car ce n'est pas la seule raison, mais ce qui est étonnant, ce que **ce n'est pas de la science-fiction, mais bien une réalité.**

## VOUS INGÉREZ CHAQUE SEMAINE L'ÉQUIVALENT D'UNE CARTE BLEUE (soit 5 gr)

Une étude américaine datant de 2019 démontre qu'un occidental moyen ingère 52 000 microparticules de Plastique par An.
Et même 150 000 ? soit 3 fois plus, si vous buvez de l'Eau en Bouteille.

## Les Poissons sont-ils responsables ?

NON, déjà à la base, c'est nous ! Évitons d'acheter, d'utiliser du plastique et bien évidemment de le jeter dans la nature, comme en l'utilisant en extérieur pour nourrir les Piou Piou, mieux vaut un rebord de fenêtre ou une petite niche en bois.

Revenons aux Poissons, certes, c'est en les consommant que l'on ingère ces fameux microplastiques, mais pas seulement, les Crustacés, les Fruits de Mer (Huitres, Coquilles St-Jacques, Moules, Crevettes, Crabes) et même la Bière, mais le champion ? le Sel.

80% des Déchets plastiques des océans proviennent de la Terre, à proximité des côtes, des rivières, nos déchets arrivent à l'océan, entrainés par le vent, la pluie, le courant.

**Vous voulez une bonne raison de trier correctement vos déchets ?**

Ce que vous mettez dans vos Sacs Noirs, est directement enfoui ou incinéré.
L'eau de pluie en ruisselant va infiltrer un peu plus les sols, nous en sommes arrivés à ce que même en haute montagne il y aurait des quantités importantes de plastique, étonnant non ?
Ces vêtements composés de polyester ou polyamide se dégradent en fibres et sont emportés par le vent.
Une situation inquiétante d'autant que l'on nous prédit une augmentation de 20 % au cours des 30 prochaines années.

## Maintenant que le Constat est fait, qu'en est-il de notre organisme ?

Il est encore trop tôt, pour dire l'impact sanitaire de ces microplastiques sur notre organisme.
Toutefois, un rapport américain (CIEL publication de 2019) prédit un risque sanitaire à l'échelle mondial.
Certains additifs utilisés pour la fabrication, la transformation de ces plastiques peuvent se révéler cancérogènes, perturbateurs endocriniens.

## La préoccupation des Scientifiques

La Taille !
Pour une fois ça compte !
Sous forme de nanoparticules (inférieur à 100 milliardièmes de mètre) ces particules pourraient se révéler encore plus toxiques en pénétrant profondément dans les tissus, les organes et les cellules.

## Changeons nos Habitudes

- Évitons le suremballage.
- Utilisons des gourdes plutôt que des bouteilles.
- Privilégions (comme **MA VIE ÉCO®**) la réutilisation de contenants.
- Évitons les gobelets en carton qui pour être imperméables sont recouvert d'un mince film plastique.
- Cela fait bien longtemps que les CD's ne font plus peur aux Oiseaux dans les fruitiers, alors faisons un geste pour nous-mêmes.
  **et surtout**
- **NE JETONS PAS** nos mégots de Cigarette, ils sont fabriqués en Acétate de Cellulose, l'une des grandes causes de la pollution aux microplastiques des océans.

## Le Charbon Actif "Binchotan Kishu" : Un Allié Contre les Microplastiques

**Pourquoi le Charbon Actif ?**
Le charbon actif, comme le Binchotan Kishu, est connu pour ses propriétés de filtration et de purification.
Ce charbon de bois Japonais, disponible chez **Ma Vie Éco**, est particulièrement efficace pour purifier l'eau potable et vous éviter l'achat de bouteilles en plastique.

**Comment ça Marche ?**
Le Binchotan agit par adsorption, où les microparticules chimiques se fixent à sa surface poreuse.
Utiliser le Binchotan dans votre carafe d'eau peut réduire considérablement la quantité de microplastiques que vous consommez.

**Avantages pour la Santé**
En plus de réduire les microplastiques, le Binchotan améliore le goût de l'eau en supprimant le goût et l'odeur de Chlore et élimine d'autres contaminants, comme les produits chimiques et les métaux lourds.
Intégrer le Binchotan dans votre routine quotidienne est une démarche simple et efficace pour protéger votre santé et celle de votre famille.

### Conclusion

L'enquête met en évidence une réalité alarmante : nous consommons chaque semaine environ 5 grammes de microplastiques, soit l'équivalent d'une carte bancaire.
Les sources principales de cette ingestion sont les poissons, crustacés, fruits de mer, bière et sel.
La pollution plastique provient majoritairement des déchets terrestres entraînés vers les océans.
Les impacts sanitaires des microplastiques sont encore incertains, mais certains additifs plastiques sont potentiellement cancérigènes et perturbateurs endocriniens.
Adopter des habitudes de consommation plus écologiques est essentiel pour limiter cette pollution, le charbon actif Binchotan pour éviter l'achat de bouteilles plastique peut y contribuer.

### Pour aller plus loin • Sources


WWF • Sauvons la nature de la pollution plastique
WWF • Mettre fin à la pollution plastique
CIEL • Rapport sur l'impact des microplastiques
Consoglobe • Purifier l'eau du robinet avec du charbon actif