

Ecrit par le 5 avril 2025

Les microplastiques ingérés au quotidien

Les microplastiques ingérés au quotidien

Nombre moyen de microparticules de plastique trouvées par gramme / litre / m³ dans les produits sélectionnés



Estimation du nombre de microparticules de plastique ingérées et inhalées par personne et par an *
Entre **74 000** et **121 000**

* Les estimations sont "sujettes à de larges variations" et "probablement sous-estimées".

Source : "Human Consumption of Microplastics", Cox et al. dans Environmental Science & Technology (2019)



statista 

Des [océans](#) jusqu'aux sommets des [montagnes](#), les microplastiques sont partout... Il n'est donc pas

Ecrit par le 5 avril 2025

étonnant qu'ils finissent aussi leur course dans le corps humain. En moyenne, il est estimé qu'une personne ingère, boit et respire entre 74 000 et 121 000 microparticules de plastique chaque année - un chiffre considéré comme étant probablement sous-estimé par les chercheurs. L'étude intitulée « [Human Consumption of Microplastics](#) » (Consommation humaine de microplastiques) de Cox et al., publiée dans la revue Environmental Science & Technology, s'est basée sur l'analyse de 26 études réalisées dans le monde entier pour calculer la quantité moyenne de microplastiques présents dans les produits de consommation courante.

Comme le montre notre infographie, la plus grande source connue de microplastiques qui pénètrent dans le corps humain est l'eau en bouteille. Sur la base de quatre études distinctes, le nombre moyen de particules trouvées par litre est de 94. La [bière](#) arrive en deuxième position, avec 32 particules par litre. Mais le résultat le plus alarmant sur l'ampleur de la pollution plastique concerne peut être bien l'élément qui arrive en troisième position, à savoir l'air respiré par l'homme. Sur la base de deux études, l'une menée en France et l'autre en Turquie, l'air ambiant contiendrait en moyenne près de 10 particules en suspension par m³. À titre de référence, le [guide des facteurs d'exposition](#) de l'EPA indique qu'une personne âgée de 31 à 51 ans inhale en moyenne 16 m³ par jour.

Les auteurs de l'étude précisent que si la fourchette communiquée sur le niveau d'ingestion par l'homme est réaliste, d'autres travaux sont toutefois nécessaires pour obtenir des estimations plus fines, tenant compte notamment des lieux de vie et des habitudes de consommation.

De Tristan Gaudiaut pour [Statista](#)