

Vos chaussures de randonnée balancent des microplastiques partout dans la nature

[Thomas Messias](#) – 16 octobre 2025 à 14h00

Les amoureux de grands espaces et d'écologie pensaient pratiquer une activité parfaitement propre, mais ce n'est pas tout à fait le cas.



Principaux responsables: les chaussures de randonnée à semelles souples et les vêtements synthétiques.

Temps de lecture: 2 minutes - Repéré sur [The Guardian](#)

Pour respecter pleinement la nature, faudrait-il se mettre à randonner pieds nus et sans matériel? Ce n'est pas tout à fait ce que suggèrent les résultats d'une étude scientifique [relayée par The Guardian](#), mais on pourrait finir par aboutir à de telles conclusions. Le média britannique explique en effet que les chaussures de randonnée et les équipements de plein air constituent une source importante de pollution microplastique, comme l'ont montré [les travaux de deux chercheurs américains](#).

Ceux-ci ont basé leurs recherches sur la mesure des niveaux de microplastiques dans deux des plus importantes sources d'eau de la rivière Hudson, dans le nord-est des États-Unis: le [lac Tear of the Clouds](#), qui connaît une forte circulation de randonneurs, et l'étang Moss, bien plus préservé de l'activité humaine car se trouvant très éloigné de tout sentier pédestre. Les résultats sont sans équivoque. Les échantillons prélevés dans le premier [lac](#) sont 23 fois plus riches en microplastiques

que ceux du second: 16,54 particules par millilitre d'eau dans le lac Tear of Clouds, contre 0,73 dans l'étang Moss.

Semelles dures et fibres naturelles

Pour Tim Keyes, coauteur de l'étude, les chaussures de [randonnée](#) à semelles souples et les vêtements synthétiques *«semblent contribuer de manière significative à la présence de microplastiques dans ces eaux isolées et par ailleurs vierges»*.

En 2023, il avait déjà effectué des prélèvements de microplastiques dans le lac Tear of the Clouds, situé à environ 1.300 mètres d'altitude dans l'État de New York: ceux-ci avaient déjà révélé des taux importants de particules de [microplastiques](#). Mais, à l'époque, *«on a supposé que la pollution microplastique y était principalement apportée par les dépôts atmosphériques»*, écrit-il avec son coauteur Joe Dadey.

Deux ans plus tard, les deux hommes sont revenus sur les lieux avec la volonté de confirmer ou d'infirmier leur hypothèse. À de nouvelles mesures dans le Tear of the Clouds se sont ajoutés des prélèvements effectués au niveau de l'étang Moss, situé à une altitude similaire, ce qui a permis d'effectuer des comparaisons édifiantes. La méthodologie des recherches a d'ailleurs été validée par d'autres [scientifiques](#) n'ayant pas pris part aux travaux.

Des recherches antérieures [avaient permis de révéler](#) que jusqu'à 70% des microplastiques présents dans les échantillons océaniques provenaient de vêtements. Cela ne fait qu'agréments l'hypothèse selon laquelle le matériel de randonnée, et en particulier les [chaussures](#) plébiscitées par les visiteurs des lieux, est l'un des principaux responsables de la pollution constatée. En conséquence, il est conseillé de porter des chaussures à semelles en caoutchouc rigide et de porter des vêtements en fibres naturelles par-dessus les vêtements en fibres synthétiques.