

ACTUEL SANTÉ



OXYGÈNE
AU TEMPS DU MANIC
PAGE 6

La guerre à la grippe

LILIANNE LACROIX

« C'est n'est qu'une question de temps avant qu'une nouvelle pandémie de grippe s'abatte sur le monde. Et le monde n'est pas prêt. Non seulement les chercheurs ne disposent pas des méthodes adéquates pour produire rapidement des vaccins efficaces mais aucun pays ne conserve des stocks importants de médicaments pour parer à cette éventualité. »

Les spécialistes en maladies infectieuses et en virologie à l'Hôpital pour enfants St. Jude, au Tennessee, Richard Webby et Robert Webster, ont lancé ce cri d'alarme dans le plus récent numéro de la revue *Science*. Si on ne se réveille pas, disent-ils, on se dirige tout droit vers une hécatombe semblable à la grippe espagnole de 1918, qui avait atteint la moitié de la population mondiale et tué 22 millions de personnes, dont 13 000 au Québec seulement.

Note optimiste toutefois : depuis l'automne 2001, le Canada est le seul pays au monde à avoir mis sur pied un programme qui permettra de franchir les étapes de fabrication du vaccin plus rapidement si une pandémie devait s'abattre sur le monde. En tout temps, la compagnie Produits biologiques Shire, qui fabrique le vaccin grippal annuel pour le Canada, est assuré d'un approvisionnement en oeufs «embryonnés» de la part de producteurs spécialisés.

C'est dans les oeufs de poule, qui leur servent d'incubateurs, que les virus sont produits pour être ensuite désactivés et injectés aux personnes vaccinées. L'injection provoque alors la formation d'anticorps qui protégeront la personne quand le virus l'attaquera.

Ces oeufs doivent être de grande qualité, exempts de toute craquelure et avoir été fécondés depuis 11 jours exactement. Cela requiert un roulement constant, les oeufs plus vieux étant acheminés vers les chaînes de transformation et remplacés par de nouveaux oeufs jusqu'à ce qu'on déclenche le signal d'alarme de la pandémie.

Six semaines plus tard, le premier lot serait déjà prêt. D'autres seraient produits de façon régulière jusqu'à ce que les 32 millions de doses aient été préparées, quelque 16 semaines après le début de l'opération, et administrées à tous les Canadiens en commençant par les populations les plus à risque. Si l'on partait de zéro, sans oeufs déjà prêts, on ne pourrait produire les vaccins avant 16 semaines. «Avec le programme mis en place, en moins de quatre mois, toute la population canadienne serait vaccinée», assure le Dr Teresa Tam, spécialiste des maladies infectieuses à Santé Canada.

Six semaines, c'est peu, mais c'est encore trop si on considère que la grippe peut rapidement faire un véritable carnage. On compte éventuellement sur des techniques génétiques pour produire en laboratoire les virus nécessaires aux vaccins en quelques semaines à peine. Mais la technique, testée sur les animaux, n'est pas encore au point pour les humains.

Grippe de l'année

Chaque année, les scientifiques étudient les souches à inclure dans le vaccin. Cette année, le vaccin contient les souches Panama, Nouvelle-Calédonie et Hong Kong. Il arrive que les experts se trompent et qu'une nouvelle souche se pointe le bout du nez. Heureusement, jusqu'à maintenant, ces nouvelles souches ont présenté assez de similitudes avec une des souches présentes dans le vaccin pour que la protection demeure suffisante.

Le problème, c'est qu'une pandémie pourrait être déclenchée par un virus qui aurait subi une mutation et qui serait donc trop différent pour que les anticorps créés par la vaccination le reconnaissent. Même vaccinés, les gens n'auraient pas de protection. Dans ce contexte, le programme de Santé Canada pourrait faire la différence entre des milliers et des centaines de milliers de morts. Autre aspect positif : le signal d'alarme lancé, la fabrication du vaccin serait légèrement accélérée puisque celui-ci ne comprendrait qu'une seule souche.

» Voir AUTRES TEXTE en page 3

L'HIVER QUAND ÇA PIQUE

Air trop sec et trop chaud, vêtements de laine piquante, froid mordant. L'hiver est propice aux poussées d'eczéma, une affection cutanée qui touche un nombre croissant de personnes dans les pays industrialisés. Coup d'oeil sur un problème démangeant et sur les moyens d'y faire face.

MICHELINE LORTIE
COLLABORATION SPÉCIALE

Pendant des années, la jeune Jéssabel ne pouvait s'empêcher de gratter son fin visage... «Parce qu'il était marqué de rougeurs, des gens lui disaient des méchancetés», se souvient sa mère, Éline. La fillette ne souffrait pourtant pas d'un mal contagieux ou répugnant, mais simplement de dermatite atopique ou d'eczéma, l'appellation commune.

Depuis 20 ans, cette affection touche 10 fois plus de personnes. On ne connaît pas les causes de cette augmentation. On constate seulement que l'eczéma est plus fréquent dans les pays industrialisés, les régions urbaines, les milieux aisés et au sein des familles de taille réduite.

Ce qui n'arrange rien, «en plus d'être répandu, l'eczéma présente mille et un visages», explique le Dr Annie Larocque, dermatologue à la Cité de la santé de Laval.

«De loin la plus courante, la dermatite atopique éclot sur un terrain héréditaire souvent marqué d'asthme ou de rhume des foies. Dès la petite enfance, l'organisme déclenche à répétition des poussées inflammatoires de la peau qui per-

duront à l'âge adulte chez plus de 10% des sujets», ajoute la spécialiste.

Les eczémats exogènes, eux, sont provoqués par le contact avec certaines substances. À titre d'exemple, les détergents peuvent causer un eczéma irritatif des mains, connu sous l'appellation de «dermite de la ménagère». Quant aux eczémats de contact allergiques, ils sont plutôt causés par des allergènes, tels que l'herbe à puce ou les tatouages au henné noir (voir texte p.3).

Ça pique, ça gratte

Quelle que soit sa nature, les effets de l'eczéma sont les mêmes. Outre les rougeurs, «l'eczéma est d'abord synonyme de démangeaisons (prurit), indique le Dr Larocque. Les patients n'arrivent plus à dormir ou à se concentrer au travail.»

Ce que confirme un récent sondage américain mené par la National Eczema Association for Science and Education (NEASE): 80% des eczémateux ont indiqué que les démangeaisons troublaient leur sommeil; 57% qu'elles dérangent leur vie quotidienne et 47% nuisaient à leur rendement scolaire.

» Voir ECZÉMA en page 2

PHOTO MARTIN ROY, LA PRESSE ©



L'aide auditive

Nouvelle technologie
100% numérique

Adaptée avec précision à vos besoins!

Laflamme & Associés

Audioprothésistes

(514) 849-4500

Montréal, 525, rue Sherbrooke Est

Longueuil, Saint-Hilaire, Saint-Jean, Laval, Granby - 1 800 422-6181

* Une prothèse auditive sans frais et sans limite d'âge selon les règles de la RAMQ

ACTUEL SANTÉ

LA SANTÉ
DANS LES MÉDIASTEXTES DE
SYLVIE ST-JACQUES

La détresse des infirmières a fait couler beaucoup d'encre au cours de la dernière décennie.

C'est maintenant au tour du spleen des médecins d'attirer l'attention.

Dans le dernier numéro du magazine *Maclean's*, on présente un dossier, intitulé *The Doctor is in... Pain*.

Ce document fait état de la forte pression que subissent un grand nombre d'omnipraticiens canadiens.

DÉCOUVERTE

Un message pour les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires : facilitez-vous la vie avec une souffleuse. Selon l'American Heart Association (AHA), lors des sorties par temps froid, il est préférable d'éviter les mouvements brusques qui soumettent le cœur à des efforts excessifs. Soulever une pelle lourde de neige ou même marcher dans une neige épaisse sont des activités assez intenses pour fatiguer le cœur. Au froid, tout le corps doit travailler pour se tenir chaud. S'il est incapable de produire assez de chaleur, une hypothermie peut se développer et provoquer une défaillance cardiaque.
Source : *Healthscout*

RAYON X

Chaque année, la grippe touche près de quatre millions de Canadiens. Parmi eux, environ 1500 succomberont. Les symptômes de l'influenza sont les maux de tête, des frissons et la toux, rapidement suivis d'une forte fièvre, de douleurs musculaires, de courbatures, de fatigue et de faiblesse. Les très jeunes enfants, les personnes âgées ainsi que celles souffrant déjà d'une condition chronique comme l'asthme ou une maladie pulmonaire sont plus à risque d'avoir des complications comme la pneumonie. Une alimentation équilibrée, un programme d'exercice régulier et suffisamment de repos sont les meilleurs alliés pour combattre la grippe.

SITE INTERNET
DE LA SEMAINE

De plus en plus de femmes accouchent de leur premier bébé après avoir franchi le cap des 35 ans. Il existe un site conçu spécialement pour elles :

www.mothers35plus.co.uk.

Ce site, de souche britannique recense les plus récentes informations sur la fertilité, la détection précoce de certaines maladies, les risques de fausse couche et autres préoccupations de ces futures mères.

Un forum électronique facilite la communication entre les internautes avides de conseils et de témoignages.

Cardiopathie
et diabète liés

Le volet canadien d'une étude internationale, menée chez des sujets atteints de diabète de type 2, indique que la glycémie (taux de sucre) ne devrait pas être leur seule préoccupation, puisque 87 % de ces diabétiques souffrent aussi d'hypertension et 34 % sont atteints de microalbuminurie ou MAU (présence de protéines dans les urines). Or, la MAU accroît le risque d'ACV, de crise cardiaque et de maladie rénale. C'est là l'un des principaux résultats d'une étude internationale, menée dans 34 pays chez plus de 32 000 sujets atteints de diabète de type 2. La recherche a révélé que le diagnostic précoce de la MAU, comme marqueur de la maladie cardiovasculaire, ainsi qu'un traitement vigoureux visant la prise en charge des maladies cardiovasculaires et rénales, sont aussi importants pour le maintien de la santé à long terme que l'équilibre de la glycémie. La présence de MAU dans l'urine ouvre une « fenêtre sur les artères », puisqu'il existe un fort lien entre l'incapacité des reins de filtrer les protéines et la maladie cardiovasculaire.

CITATION DE LA SEMAINE

« L'Afrique et le monde ont besoin de ce vaccin. »

D^r Barbra Nattabi, spécialiste en santé publique à l'hôpital de Lacor, en Ouganda. Interviewée par *La Presse* dans le cadre de la Journée mondiale de lutte contre le sida, le D^r Nattabi a expliqué les mesures de prévention appliquées en Ouganda visant à faire diminuer le nombre d'adultes séropositifs. Rappelons que plus de 2 millions d'Africains sont morts du sida cette année.

UQAM
THÉRAPIE SEXUELLE
DE COUPLE

3191009

Stagiaires à la maîtrise en sexologie de l'UQAM recherchent des couples souffrant de problèmes sexuels et qui désirent suivre une thérapie de couple.

COÛT : GRATUIT OU PRIX MINIME

Pour renseignements :
(514) 987-3000, poste 3757

Équipements Adaptés M.C.L.
Vente • Location • Service

Semelles antidérapantes amovibles ICER'S®

Cadeau idéal

Marcher en toute sécurité!

985, boul. Curé-Poirier O. (coin Duvernay) Longueuil
(450) 442-4111 • 1 877 442-4111

3186812

RONFLEMENT
CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL

(514) 327-5060

TRAITEMENTS AU
LASER

PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES
www.ronflement.qc.ca

3187235

Santé au Travail

FORMEDICA

Aussi disponible :
Stabilisateur pouce Dual-StabSM, attelle dorsale Dorso-CarpalSM,
bracelet pour épicondylite Acti PlusSM, etc.
Disponible en pharmacies et magasins spécialisés.

3189222

De nouvelles armes

ECZÉMA

suite de la page une

Que faire ? « En attendant de voir un médecin, il faut hydrater très soigneusement la peau, conseille le D^r Larocque. Et si rien ne va, on peut étaler un peu de crème Cortate (en vente libre), contenant 0,5 % d'hydrocortisone. »

Mais l'eczéma ne se limite pas toujours à la démangeaison. De petites cloques (ou vésicules) peuvent apparaître et se rompre, causant des suintements. Or, une peau fissurée et suintante présente un risque accru d'infection.

Les immunomodulateurs

Dans ces cas, le traitement médical est nécessaire. Nonobstant d'autres soins (antihistaminiques, goudron de houille, antibiotiques, photothérapie), les corticostéroïdes ont longtemps été la principale

médication. Malgré leurs mérites, ils avaient et ont toujours des limites. À long terme, leur efficacité diminue. Ils présentent également certains effets indésirables (amaigrissement de la peau, vergetures, couperose).

Depuis 2001 les immunomodulateurs topiques (IMT) ont été bien reçus par les médecins et les patients canadiens. « Le mécanisme d'action des IMT est unique, dit le D^r Larocque. Qu'il s'agisse de l'onguent Protopic ou de la crème Elidel, ces produits bloquent les « messagers » du système immunitaire à l'origine des poussées d'eczéma. D'où l'arrêt de l'inflammation cutanée, des démangeaisons et des rougeurs. »

Les médecins peuvent désormais proposer une plus grande variété de traitements. « On peut recourir, par exemple, aux corticostéroïdes en cas de graves poussées eczémateuses, et poursuivre

avec des IMT, ou encore associer les deux médicaments », explique le D^r Larocque.

Pour sa part, la médecine parallèle propose des traitements à l'huile de primevère dont l'efficacité n'a pas été prouvée scientifiquement, pas plus que celle de l'huile d'onagre. De leur côté, les Européens croient aux cures d'eau thermale. En France, les stations de La Roche-Posay et d'Avène reçoivent des milliers d'enfants souffrant de dermatite atopique et la cure est remboursée par la Sécurité sociale. (Attention, il ne s'agit pas de thalassothérapie !) Au Québec, on peut toujours utiliser un brumisateur d'eau thermale, mais cela n'équivaut en rien à une « cure thermale ».

Ressources : www.eczema.canada.ca (récipiendaire du prix 2003 décerné par l'Association canadienne de dermatologie).
1 866 4-ECZEMA (432-0362)

COMPRIMÉS

Sus au Viagra

Important compétiteur du Viagra et récemment approuvé par Santé Canada, le Cialis est arrivé dans les pharmacies canadiennes la semaine dernière. L'avantage du Cialis est de prolonger ses effets durant 36 heures, ce qui permet une plus grande spontanéité pour les hommes souffrant de dysfonction érectile. On peut donc prévoir une bagarre importante entre les trois ténors pharmaceutiques de l'érection, Viagra, Cialis et Levitra. Au cours des 24 premières heures de la mise en vente, les grossistes avaient d'ailleurs acheté pour 1,5 million des nouvelles pilules-miracle.

Première canadienne
à l'Institut de cardio

Chirurgien cardiovasculaire à l'Institut de Cardiologie de Montréal (ICM), le D^r Louis

Perrault vient de réaliser un pontage coronarien chez un patient de 61 ans en se servant d'une artère radiale (vaisseau du bras) prélevée au moyen d'un endoscope muni d'une caméra et d'instruments. Il s'agit d'une première au Canada. L'intérêt de recourir aux artères radiales réside dans le fait que ces dernières ont moins tendance à s'obstruer que les veines saphènes (veines des jambes), autres conduits utilisés pour les pontages. Cette opération ne laisse que deux petites traces d'incision, l'une au poignet et l'autre au coude. Le pontage est une intervention qui vise à corriger un problème de flux sanguin insuffisant occasionné par l'obstruction d'une artère coronaire.

Réduction gastrique:
pas la panacée

La réduction chirurgicale de l'estomac peut constituer une arme à double tranchant pour lutter contre l'obésité et ne servir que dans les cas où tout le reste, notamment les régimes et l'exercice, a été tenté, concluent des chercheurs qui se sont penchés sur les cas

de 335 personnes obèses opérées à Cleveland. S'il permet de réduire la taille de l'estomac, le procédé peut entraîner plusieurs complications comme l'embolie pulmonaire, la rupture des points de suture, la pneumonie ou l'infection. « Cela ne devrait surtout pas être considéré comme une intervention cosmétique. Il est essentiel, en outre, que les patients s'investissent à long terme et changent leurs habitudes de consommation. Cela dit, tous les patients ne tirent pas de l'opération les résultats escomptés alors que tous font face aux mêmes risques », déclare le D^r Elmar Merkle, auteur de l'étude. Healthday

Pollution automobile
et cancer du poumon

Selon une étude norvégienne concernant des hommes quadragénaires, le risque de cancer du poumon est accru de manière significative par la pollution issue de la circulation automobile. L'étude, publiée dans le mensuel britannique spécialisé *Thorax* et réalisée sur 16 209 hommes de 40 à 49 ans, a démontré que le risque de cancer du poumon augmentait de 8 % pour une hausse de 10 microgrammes par mètre cube de la concentration en oxyde d'azote, un indicateur de la pollution de l'air en zone urbaine. Fumer, ont tenu à préciser les chercheurs, entraîne évidemment un risque de cancer du poumon nettement plus élevé que la pollution. Le Monde

Promotion

Bio Actif

La belle histoire

Voici une belle histoire vraie. Si votre alimentation laisse à désirer, vous pouvez tirer un immense profit de mieux-être avec l'emploi régulier de la formule Phytobec à multi-éléments. Nous ne pouvons analyser ici en détail tous ses éléments, ils sont trop nombreux, mais sachez que certains de ces éléments, les minéraux par exemple, sont chélatés (que l'on nomme protéinates). Cette chélation a pour but d'augmenter l'assimilation du produit dans l'organisme. Il fallait y penser et il fallait aussi le faire. C'est ce qu'ont réalisé après maintes recherches, plusieurs chimistes dans le cadre d'un programme permanent sur les effets protecteurs de la santé, développés pour Phytobec. Toujours à l'étude de nouvelles données scientifiques, Phytobec a modifié sa formule quatre fois en l'espace de quinze ans. Quatre nouveaux DIN ont été émis par Santé Canada.

Des minéraux c'est bien, mais encore faut-il qu'ils soient assimilés par votre organisme. Ça, c'est une autre histoire. La belle histoire Phytobec.

Montréal : (514) 272-1365
Mauricie : (819) 378-7777

Ligne extérieure : 1 800 272-1365
Estrie : (819) 823-3322

3190007

Santé
PRODUITS ET SERVICES

ENDODONTISTE

CHIRURGIEN-DENTISTE: Spécialiste en traitement de canal. Maîtrise de l'Université de Boston. Spécialiste certifié par l'Ordre des Dentistes du Québec. Dr Yves M André d.d.s., M.Sc.D, C.A.G.S., cert. Endo. (514) 728-8888.

Si vous désirez annoncer dans cette rubrique, communiquez avec Louise Mathieu au (514) 285-6950 ou 1 800 667-5961.

Mardi 19h30

On élève et on sème bien.
Cultivé et bien élevé

UNE PRÉSENTATION DE LA COOPÉRATIVE FÉDÉRÉE DE QUÉBEC

Production de poulet bio dans Charlevoix. Semences de pommes de terre au Petit Saguenay.

3183018A

COOPÉRATIVE FÉDÉRÉE DE QUÉBEC
Québec
Canada

Télé-Québec
telequebec.tv

Ça change de la télé

ACTUEL SANTÉ

Ne passez pas par le supermarché, et réclamez des dollars



JUDITH LACHAPPELLE

DANS VOTRE ASSIETTE

jlachape@lapresse.ca

« J'ai hâte que l'année 2003 disparaisse pour qu'on passe à autre chose », a soupiré lundi soir Laurent Pellerin, président de l'Union des producteurs agricoles (UPA), lors de sa rencontre traditionnelle avec les journalistes à la veille du congrès annuel de l'organisation.

Effondrement de l'industrie bovine à cause d'un cas de vache folle en Alberta, colère dans l'industrie laitière à cause du prix du lait fixé trop bas, crise cyclique du prix du porc et des céréales, rapport incriminant du Bureau d'audiences publiques sur l'environnement (BAPE)... À travers tout ça, Statistique Canada a confirmé en février dernier ce que les producteurs pressentaient : le revenu net des agriculteurs a fondu de moitié en 2002.

« C'est dramatique, a lancé M. Pellerin. Et c'était avant l'épisode de l'ESB (encéphalopathie spongiforme bovine, le nom scientifique de la maladie de la vache folle). On peut imaginer que 2003 n'est pas parti sur une meilleure lancée... »

Mais tout n'a pas été noir en 2003. Depuis le temps que les producteurs se plaignent que les consommateurs se sont éloignés de la campagne et que les enfants ne font même plus le lien entre une vache et un verre de lait, cette année, la crise les a forcés à tendre la main aux consommateurs. Et à leur grande surprise, ceux-ci l'ont saisie.

Le 7 septembre dernier, plus de 105 000 personnes ont visité les fermes du Québec à l'occasion de la première journée portes ouvertes. Le succès de l'opération a totalement, bêtement ravi les organisateurs. « Ça a été la plus belle activité de l'année »,

s'est souvenu cette semaine le président Pellerin, en confirmant que l'expérience se répètera en septembre 2004.

Et puis, aux mois d'août et septembre, des producteurs bovins de l'Estrie et de la Montérégie ont voulu faire un coup d'éclat en boudant les intermédiaires et en vendant leur viande directement aux consommateurs. Ce qui se voulait une vente « symbolique » a connu tant de succès qu'elle a fait germer quelques idées dans la tête des producteurs...

« On avait décidé de faire une vente de bœuf les 15 et 16 août », se souvient Antoine Doyon, président de la Fédération de l'UPA de l'Estrie. « On voulait mettre en vente chaque jour un bouvillon, un veau de grain et une vache de réforme. On avait même contacté Moisson Estrie pour être sûr qu'ils allaient prendre notre viande si on ne la vendait pas toute... »

Antoine Doyon laisse échapper un petit rire en se souvenant de la suite. « Une heure et demie après avoir commencé la vente, il ne restait plus rien ! Tout était parti ! Même qu'on s'est fait critiquer parce qu'on n'en a pas eu assez ! »

Le même phénomène s'est répété lors des autres événements semblables tenus durant l'été. « Et il y a eu une suite à ça. Des producteurs de bouvillons et de veaux ont distribué leur carte et les consommateurs ont ensuite fait affaire directement avec les producteurs. Et je peux vous dire aujourd'hui que les petits abattoirs ont un horaire d'abattage comblé deux semaines à l'avance. »

Histoire à suivre

Les consommateurs seraient donc intéressés à encourager leurs producteurs locaux. Comment poursuivre sur la lancée ? Il y aura une suite, a déjà annoncé Laurent Pellerin. « Dans le secteur du bœuf, c'est fini de penser qu'on vend seulement des vaches et bouvillons vivants », a déclaré M. Pellerin. Les producteurs de bovins et d'agneau, a-t-il évoqué, pourraient non seulement se charger de l'abattage et de la transformation de leurs animaux, mais également de la vente. « L'argent est dans la distribution. Peut-être que la prochaine étape pour les producteurs agricoles est de vendre de la viande ? »

Antoine Doyon ne demande pas mieux et

invite les consommateurs à communiquer avec la fédération de l'UPA de leur région pour entrer en contact avec des producteurs bovins. La marge de profit est bien meilleure lorsque le producteur s'occupe de la vente de sa viande. M. Doyon évalue qu'il reçoit ainsi jusqu'à 250 \$ de plus que le prix du marché pour son veau de grain. Durant la crise, le prix qu'il obtenait sur le marché est descendu jusqu'à 0,50 \$ la livre de carcasse. « Ça veut dire que j'achetais mes veaux naissants à 300 \$ et je les revendais à 250 \$! » Dans le pire de la crise, Antoine Doyon a vendu davantage de veaux directement à des consommateurs, sans passer par l'encan électronique, pour obtenir un meilleur profit.

Comment se fait-il que tous les producteurs ne suivent pas son lucratif exemple ? « Nous sommes des producteurs avant tout. Jouer dans la commercialisation, c'est assez compliqué. Il faut trouver un abattoir, puis une salle de coupe qui est approuvée, il faut faire débiter, emballer, distribuer... et se faire payer ! Ce n'est pas tout le monde qui a envie de se mêler de mise en marché. » D'autant plus qu'il faut trouver des acheteurs pour toutes les parties de son bœuf, du filet mignon aux rognons.

« Il faut trouver le lien le plus direct avec le consommateur, éliminer les intermédiaires », dit-il. Dans un comptoir de viande tenu par des producteurs, la viande de bœuf devrait être, en principe, vendue à meilleur prix. Mais organiser un comptoir permanent de viande est plus complexe qu'une simple vente occasionnelle. « On est en train d'évaluer la faisabilité et les coûts que ça représenterait. »

Le comptoir de viande des producteurs pourrait-il voir le jour bientôt ? « Ça dépend du sérieux des producteurs qui veulent s'y engager, dit Antoine Doyon. Si les producteurs choisissent de s'investir dans une structure comme ça, ils doivent le faire sérieusement. Il ne faut pas qu'ils laissent tomber le jour où les prix du marché vont être très bons. Il faut penser à long terme. » Histoire à suivre, donc.

La chronique *Dans votre assiette* fera relâche pour trois semaines. De retour le 4 janvier. Des questions ? Des commentaires ? judith.lachapelle@lapresse.ca

J'AI TESTÉ

SYLVIE ST-JACQUES
COLLABORATION SPÉCIALE



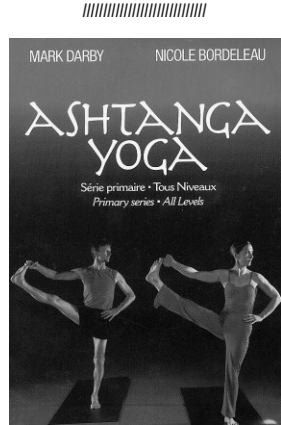
Thé à la camomille

Ça vous dirait, un thé à la camomille pour digérer les excès de foie gras et d'alcool entre deux *partys* du temps des Fêtes? Celle de marque Alexander's est tout à fait recommandable (et biologique par surcroît). Avec son bon arôme (enfin, pour ceux qui aiment la camomille), elle invite à la détente et peut même mener au dodo. Pour reprendre ses forces avant le *party* du bureau, c'est ce qui se fait de mieux. (En vente dans les magasins de produits naturels, environ 4\$)



Hydratant anti-âge

Cette crème de marque Lubriderm hydrate très bien. Peu grasse, elle pénètre la peau à merveille, rend les mains douces et ne laisse aucun résidu collant. En fait, elle serait presque parfaite n'était ce parfum puissant qui évoque à la fois la poudre pour bébé et le parfum bon marché. Dommage qu'on ait ainsi gâché un produit qui, autrement, est d'excellente qualité. (En vente en pharmacie, environ 8,99\$)

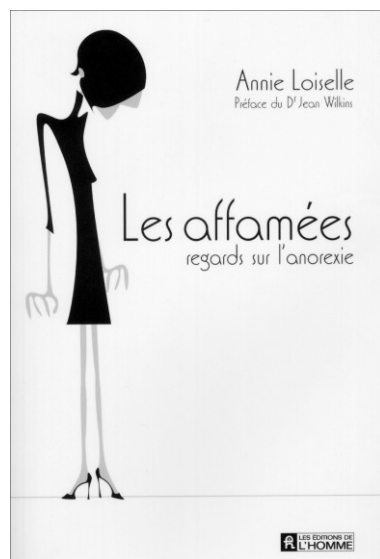


Ashtanga Yoga

par Mark Darby et Nicole Bordeleau

À ceux qui aimeraient s'initier au yoga, on recommande de s'inscrire à des classes d'essai dans un centre spécialisé. Mais si vous préférez commencer votre pratique dans le confort de votre salon, ce DVD est un bon choix. Il offre un choix de trois routines : 10 minutes, 30 minutes et 90 minutes. Une suggestion : avant les salutations au soleil et les pauses du guerrier, prenez le temps de visionner la section «Principes de base». (En vente en librairie, 19,99\$)

J'AI LU



Les affamés, regards sur l'anorexie

par Annie Loisel, Éditions de l'Homme

Étrange ouvrage que ce livre-témoignage sur l'anorexie dans lequel la psychanalyse occupe une place importante. On y cite Freud, Mélanie Klein et autres. Malheureusement, l'auteure (ancienne anorexique) ne parvient pas à sortir du genre «travail universitaire». Et puisque son objectif n'est manifestement pas de vulgariser ses connaissances en psychanalyse, on se demande quel type de lecteurs elle souhaite rejoindre (à part, bien entendu, les anorexiques adeptes de Freud). (En vente en librairie, 15,95\$)

Allergie aux bijoux

MICHELINE LORTIE

Très fréquents, les eczémats de contact allergiques sont causés par le contact de la peau avec diverses substances : ciment, colle, latex, etc. Une fois qu'elles se sont manifestées, ces allergies demeurent toute la vie.

L'eczéma allergique au nickel est un « classique ». Champion de tous les métaux allergisants, le nickel est présent dans presque tous les bijoux. On a même vu des pièces de monnaie provoquer de l'eczéma à travers les vêtements. En cas d'allergie au nickel, il faut bannir les innombrables articles qui en contiennent : épingle à cheveux, agrafe de soutien-gorge, fermeture-éclair, bouton de jeans, alliance en or gris, montre-bracelet métallique, etc. On pourra toutefois se consoler en portant des perles, des bijoux en or 18 K, en argent pur, en platine, en plastique ou en acier inoxydable.

La mode des tatouages au henné a provoqué l'apparition d'un autre type d'eczéma. « Une seule arabesque faite avec un henné noir peut provoquer un eczéma qui prend parfois plusieurs semaines avant de se manifester », prévient Luma Brieur, artiste-mehndi professionnelle. « Le paraphénylènediamine (PPD) est le grand responsable. Un agent colorant souvent ajouté pour fixer et renforcer la teinte du henné sur la peau. Un sujet sensibilisé au PPD devient allergique pour la vie à tous les colorants capillaires, à certains antiseptiques et anesthésiques locaux. » Contrairement au henné naturel dont la nuance varie du cerise au brun café, il faut éviter le henné noir à tout prix. Celui-ci contient toujours du PPD.



PHOTO PA

Par un beau jour de février, Wendy reçoit sa dose de lotion hydratante au zoo de Bristol, en Angleterre. L'éléphant de 42 ans souffre d'une maladie entraînant un durcissement de la peau, de la sécheresse et des lésions semblables à celles de l'eczéma. La peau s'étant assouplie grâce à la crème, le fabricant a accepté de lui fournir des petits pots pour le reste de ses jours. Wendy pourrait vivre encore une trentaine d'années.

Pour vaincre l'eczéma

MICHELINE LORTIE

L'hiver est propice aux poussées d'eczéma. Afin de les prévenir, il faut fuir l'air trop sec et trop chaud, qui aggrave les démangeaisons.

D'autres gestes peuvent faire la différence. Aux vêtements de fibres rugueuses (laine, lin, chanvre, nylon), on préférera le coton ou la soie lavée avec un savon pour les vêtements de bébé. Rincer les vêtements à deux reprises devrait éliminer les moindres résidus savonneux. À l'inverse, le nettoyage à sec, les agents blanchissants, l'eau de Javel et les adoucisseurs de tissus sont déconseillés, ainsi que les cosmétiques contenant des parfums et de l'alcool (tonique, gel après-rasage, etc.).

Pour la toilette, on peut utiliser le pain Dove pour peau sensible ou un nettoyant sans savon (Cetaphil, Avène, La Roche-Posay).

Mais dorloter une peau eczémateuse, c'est d'abord et surtout l'hydrater. « Sè-

che, sensible et irritable, cette peau exige une crème hydratante (c'est-à-dire un baume en pot) plutôt qu'une lotion fluide en pompe », précise la D^{re} Annie Larocque. L'hydratant hypoallergène sera à base de glycérine (crème Moisturel, Dermabase de Marcelle, Trixera d'Avène, Soins Endermal de Roc, Cliniderm, Base Glaxal), de beurre de karité (Lipikar Baume de La Roche-Posay) ou d'avoine (gamme Aveeno).

La peau eczémateuse peut aussi être baignée chaque jour. « Un bain d'eau tiède réduit les risques d'infection, estime la D^{re} Larocque. Il doit être bref (pas plus de 10 minutes). Tout de suite après, on hydrate la peau encore humide. » L'eau du bain peut être adoucie avec une huile à l'avoine ou une apaisante farine d'avoine. La Formule norvégienne de Neutrogena, les crèmes Pré-vev ainsi que celles au cold-cream d'Avène font un velours aux mains. Les baumes Lipolèvres de La Roche-Posay ou Stick au cold-cream d'Avène préviennent les lèvres gercées.

ACTUEL SANTÉ

Le mystère au fond du bol



JACINTHE CÔTÉ

LA NUTRITION
COLLABORATION SPÉCIALE

Quand le jeûne de la nuit a épuisé les réserves de carburant, il est important de faire le plein adéquatement. Une céréale prête à manger peut s'insérer dans un déjeuner équilibré, si bien sûr elle répond à certaines normes nutritionnelles.

Avec l'extraordinaire variété de céréales sur les étagères des épiceries, il est indispensable de se référer à la liste des ingrédients et à l'étiquette pour faire le bon choix.

Idéalement, une céréale à déjeuner devrait être composée de grains céréaliers entiers et être riche en fibres (au moins 5 grammes par portions). Elle devrait aussi être faible en matières grasses et glucides simples (sucre, sirop de fructose, canne à sucre).

Pour les gens soucieux de leur santé, qui croient à la prévention des maladies chroniques, les céréales additionnées d'ingrédients fonctionnels — dont les effets

vont au-delà des fonctions nutritionnelles — sont également recommandées.

Qu'est-ce qu'un grain entier?

Un grain céréalier entier est composé de trois structures, le son, l'endosperme et le germe, ayant chacune son importance.

Le son, l'enveloppe qui représente environ 15 % du grain, est très riche en fibres alimentaires (insolubles, solubles, oligosaccharides) et en vitamines du complexe B. Il contient aussi des quantités non négligeables de minéraux, de protéines et de composés phytochimiques (acide phénoliques, flavonoïdes, indoles, acide phytique) dont la consommation est associée à la prévention du cancer.

La composante principale du grain, l'endosperme, contient essentiellement des hydrates de carbone sous forme d'amidon, un glucide complexe. Cette partie du grain possède également des quantités importantes de protéines et plusieurs vitamines du complexe B.

Le germe est la plus petite partie du grain. Malgré tout, cette structure est considérée comme une excellente source d'acides gras insaturés (acides oléique, linoléique et linoléique), de minéraux (fer, magnésium, sélénium et zinc), de vitamines du complexe B et de vitamine E (tocophérol). Tout comme le son,

le germe renferme plusieurs composés phytochimiques (phyto-oestrogènes et phytosterols) dont la consommation est associée à la prévention des maladies cardiovasculaires et du cancer.

Du champ à l'assiette

Plusieurs étapes de raffinage sont effectuées, entre la récolte du grain et son arrivée dans l'assiette. Certaines de ces étapes sont bénéfiques, puisqu'elles améliorent la texture, la saveur et la durée de conservation des céréales, et permettent de libérer des composés qui étaient indigestes ou difficiles à absorber.

Malheureusement, le raffinage est aussi responsable de la perte du caractère « entier » des grains. En effet, presque tout le son, une partie du germe et tous les nutriments qu'ils renferment, sont éliminés durant ce procédé. Le grain raffiné est donc surtout composé de l'endosperme.

Pour contrer cet effet, les manufacturiers remplacent les nutriments perdus (vitamines du complexe B, fer, magnésium, calcium). La quantité de nutriments rajoutée est au moins égale à celle qui se trouvait dans la céréale avant le raffinage.

Les fibres et les composés phytochimiques ne sont pas automatiquement réincorporés. Dans certaines farines dites entières, le son a été rajouté, sinon, il est toujours

possible de rajouter soi-même du son ou du germe d'avoine et de blé.

Ingrédients à rechercher

La plupart des céréales à déjeuner sont composées de farines de blé, de riz, de maïs et d'avoine.

Cependant, l'usage du millet, de l'orge, de l'amarante, du seigle, du sarrasin, du sorgho, de l'épeautre, du kamut, du quinoa et du triticale est de plus en plus courant. Ces céréales ont l'avantage d'apporter de la variété dans notre alimentation. Parfois, elles sont aussi plus riches en protéines, vitamines et minéraux (amarante, kamut, sarrasin).

Certaines sont aussi additionnées de racine de chicorée (inuline), de protéines de soja, de graine de lin et de noix. Souvent, le son, ainsi que le germe de blé, d'avoine ou de soja sont ajoutés. Ces ingrédients rehausseront grandement la teneur en protéines, en fibres, en acides gras oméga-3 et en composés phytochimiques.

Ingrédients à éviter

Des antioxydants (agents de conservation) et des huiles hydrogénées sont ajoutés aux céréales afin d'allonger leur durée de vie sur les étagères.

Bien que les vitamines C (acide ascorbique) et E (tocophérol) soient les antioxydants de choix, on trouve encore des antioxydants synthétiques tels que l'hydroxyani-

sole butylé et l'hydroxytoluène butylé (initialisés de l'anglais, BHA et BHT).

Les effets secondaires sur la santé humaine de ces antioxydants synthétiques sont encore méconnus, cependant, des études expérimentales animales ont démontré qu'ils étaient cancérigènes et favorisaient le développement de tumeurs aux poumons et au foie.

Pour certains, la consommation de ces antioxydants entraîne des rougeurs cutanées, de l'urticaire et cause des sensations d'oppression au niveau de la cage thoracique. Les BHA et BHT sont donc à éviter.

Les huiles hydrogénées ou partiellement hydrogénées sont aussi à mettre de côté à cause de leur teneur élevée en acide gras trans, dont la consommation nuit à la santé du cœur et des vaisseaux sanguins.

L'auteur de cette chronique hebdomadaire est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec.

Une fois par mois, la chronique nutrition porte sur vos questions et commentaires. Adressez-les à : Chronique nutrition La Presse 7, rue Saint-Jacques Montréal, QC H2Y 1K9 ou par courriel : questiondenutrition@hotmail.com

COMPRIMÉS

L'échinacée sans effets

Les enfants enrhumés n'auraient aucun avantage à prendre de l'échinacée, a conclu une recherche américaine. En plus de son apparente inutilité, l'échinacée avait pour effet d'augmenter le nombre de réactions allergiques cutanées. Selon les auteurs de l'étude, un enfant souffre habituellement de six à huit rhumes par année, qui durent de sept à neuf jours. Aucun médicament, qu'il s'agisse d'antihistaminiques, d'antitussifs ou de décongestionnants, ne semble non plus fonctionner, du moins chez les enfants de moins de 12 ans. Plusieurs croyaient toutefois que l'échinacée renforçait le système immunitaire et constituait ainsi une barrière au rhume banal. Aux États-Unis, les ventes de ce produit naturel dépassent d'ailleurs les 300 millions. Healthday

Mains savonnées

À la maison, à moins que vous ne fassiez de la chirurgie dans votre sous-sol, un savon dit « antibactérien » n'a aucune espèce d'utilité, estime le Dr Karl Weiss, microbiologiste-infectiologue à l'hôpital Maisonneuve-Rosemont et professeur agrégé de clinique à l'Université de Montréal. « L'important, dit le spécialiste, c'est de se laver les mains avec un savon normal pendant une vingtaine de secondes quelques fois par jour, une solution facile, peu coûteuse et très efficace. » Trop de personnes néglige-

raient de le faire. « Certaines études ont été menées sur les habitudes des gens au sortir des toilettes et dans les lieux publics, rappelle le médecin. On a estimé que moins de 50 % des gens se lavent les mains. » Professeur agrégé au département de microbiologie et immunologie de l'Université, Guy Lemay estime pour sa part que « tous les savons sont en quelque sorte antibactériens et que la mention elle-même a beaucoup à voir avec le marketing. » Journal Forum de l'Université de Montréal

L'Hôpital de Montréal pour enfants

L'Hôpital de Montréal pour enfants recherche des patients, parents, bénévoles, médecins et autres qui l'ont fréquenté, à l'occasion du centenaire de l'établissement qui aura lieu en 2004. Des retrouvailles auront lieu en juin. On peut téléphoner au 514-412-4400, poste 22 388 ou au 514-934-4846.

Rescapés du sida

L'énigme des « rescapés » du sida, des personnes qui demeurent séro-négatives malgré des expositions répétées au virus, vient d'être résolue par des chercheurs de l'Institut Pasteur de Paris, qui ont démontré le rôle de certaines cellules du système immunitaire, appelées « cellules tueuses » (natural killers, NK). Les cellules tueuses sécrèteraient des molécules capables de bloquer l'infection et même de détruire des cellules déjà infectées. Selon les chercheurs français et vietnamiens qui ont participé à ce travail — pu-

blié dans le numéro de décembre du *Journal of Immunology* — c'est la première fois que ces cellules sont associées à ce phénomène. De 5 % à 15 % des populations dites à risque — partenaires réguliers de sujets séropositifs, prostituées et toxicomanes par voie intraveineuse — ne montrent aucun signe apparent d'infection par le virus du sida, et ce malgré plusieurs années d'exposition. Cette bienheureuse anomalie a été observée pour la première fois il y a près de 20 ans parmi des prostituées de Nairobi au Kenya, qui, en dépit parfois de dizaines de rapports sexuels quotidiens non protégés, sont demeurées séronéga-

tives. Pour les besoins de leurs recherches, les scientifiques de l'unité de biologie des rétrovirus de l'Institut Pasteur ont sélectionné au Vietnam 37 toxicomanes « exposés non infectés » dont le comportement a été à haut risque pendant plus de 10 ans. Dans ce groupe, ils ont mis en évidence une activité accrue des cellules tueuses. Le Monde

Dépression venue de l'enfance?

Un adulte ayant vécu une enfance difficile est-il plus vulnérable à la dépression? Le professeur G.W.

Brown, du Centre de recherche en psychiatrie sociale de l'hôpital St-Thomas de l'Université de Londres, prononcera, en anglais, la conférence *The road from childhood neglect and abuse to adult depression*, le vendredi 12 décembre à 14 h, à la salle R-M130 du pavillon des Sciences de la gestion de l'UQAM, au 315, Sainte-Catherine Est, niveau métro. Organisée par le Centre de recherches et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie (CRISE) de l'UQAM, cette conférence révélera les résultats d'une recherche menée par le professeur Brown auprès de soeurs.

Retraite active

Petites annonces
www.capresse.ca

SANTÉ / MIEUX-ÊTRE

ÉPINE DE LENOIR? MALADIE DE PEYRONIE? ENFLURE DES MEMBRES? ÉTOUFFEMENTS/NAUSÉES? INCONTINENCE URINAIRE? PHYSIOEXTRA: Montréal: 514-383-8389 Laval: 450-681-3621 / Lachenaie: 450-964-5222
www.physioextra.ca

SPORTS ET LOISIRS

COURS DE PEINTURE
Prochaine session:
8 janvier au 11 mars.
Inscriptions: (514) 721-7852
2496, rue Bélanger
Iberville

SERVICES

HORLOGERIE ANDRÉ
Atelier de réparation de montres et horloges de tous les modèles. 1 an de garantie, 35 ans d'expérience! **André 514-642-4107.**

RÉSIDENCES

RÉSIDENCE IBERVILLE
Chambres, appartements. Ambiance chaleureuse. Surveillance 24h, excellente cuisine, prix abordable.
7990 rue Iberville, Mtl (514) 376-5507

DIVERS

ACHÈTE SUCCESSIONS COMPLÈTES, MONTRES, VIEUX BIJOUX, BRACELETS, BRELOQUES (CHARMS), JOUETS ET OBJETS RELIGIEUX.
M. Desroches 514-337-6441, 514-923-6441

Montage arbre généalogique et familial à partir de vos photos. 514-383-5860
www.photocreation.ca

EMPLOI

AUGMENTEZ votre revenu jusqu'à 3000\$ par mois. 25 h/sem. en travaillant à domicile. DOMAINE NUTRITION/MIEUX-ÊTRE
514-866-9991 www.opportunity-athome.com

BÉNÉVOLAT

EMBALLER-VOUS!
Aimeriez-vous faire de l'emballage-cadeaux? Si oui, venez faire équipe avec nos bénévoles qui effectuent de l'emballage-cadeaux au Centre Laval et Carrefour Laval. Les dons recueillis serviront à acheter des denrées pour remplir les 1600 paniers de Noël remis aux familles lavalloises. Une implication de trois heures seulement est demandée. Le Centre de bénévolat de Laval (450) 681-6164.

AIDE AUX FAMILLES
Un organisme situé près du métro Henri-Bourassa recherche des bénévoles afin d'aider des familles à faible revenu à évaluer leurs besoins ainsi que pour superviser les activités d'un comptoir de dépannage. Veuillez communiquer avec le Centre d'action bénévole de Montréal au 514-842-3351.

UNE ALTERNATIVE NATURELLE ET EFFICACE POUR LUTTER CONTRE LE CHOLESTÉROL



Saviez-vous qu'un taux de cholestérol élevé est un important facteur de risque des maladies cardiaques... le tueur numéro un du siècle?

Si des médicaments sous ordonnance existent pour abaisser le taux de mauvais cholestérol, plusieurs entraînent des effets secondaires importants comme des douleurs musculaires sévères et des nausées.

C'est pourquoi des chercheurs de l'Université de Sherbrooke ont développé une nouvelle arme — naturelle cette fois — contre le mauvais cholestérol. Menés pendant dix ans, leurs recherches ont permis de découvrir un procédé permettant la production de polychitosamine, commercialisée sous la marque de commerce Libracol. Une méthode de fabrication infaillible et exclusive assure la plus haute qualité pharmaceutique possible. Libracol, agit comme un aimant pour se fixer au cholestérol dans l'intestin et forcer son élimination avant qu'il n'atteigne le système sanguin.

Résultat, le mauvais cholestérol est éliminé sans avoir été absorbé. Les études cliniques* démontrent une réduction allant jusqu'à 40% du taux de cholestérol sanguin sans les effets secondaires des médicaments sous ordonnance. Une preuve de plus que la nature fait bien les choses.



André Aubé
ANDRÉ AUBÉ, B. PHARM
Pharmacien et président de Magistral Biotech inc.

MAGISTRAL BIOTECH

DÉCOUVREZ TOUS LES PRODUITS NATURELS MAGISTRAL BIOTECH SUR www.magistralbiotech.com

* Jing SB et al. Effect of Chitosan (low molecular weight) on renal function in patients with Chronic Renal Failure. J Pharm Pharmacol 1997; 49:721-23 Dupuis G, Lehoux JG, Brzezinski R et Radwan F. Non publiée, Centre de Recherche Clinique de l'Université de Sherbrooke 1997.

Annnoncez dans "Retraite active" et offrez vos services aux milliers de lecteurs qui retrouvent, après plusieurs années bien remplies, un agenda qui respire! Contactez-nous au (514) 987-8363, par télécopieur au (514) 949-6287 ou par courriel à petitesannonces@lapresse.ca

Fibrose kystique



D^r DANIELLE PERREAULT

MÉDECINE

COLLABORATION SPÉCIALE

Saviez-vous que... Bien des choses se passent dans notre corps sans qu'on s'en rende compte. Prenez, par exemple, ces cils qui tapissent l'intérieur de nos bronches et de nos sinus. On ne les sent pas bouger. Pourtant, ils n'arrêtent jamais.

La poussière, les microbes ou les polluants que nous respirons sont rapidement dirigés vers la sortie (la bouche), grâce à des mouvements magnifiquement bien coordonnés par ces cils. Nous nous débarrassons ainsi de divers débris emprisonnés dans une mince couche de mucus.

Les cellules des bronches ne sont pas des boîtes inertes. Elles se compareraient plutôt à un entrepôt dans lequel entrent et sortent des produits chimiques importants, comme les ions de chlore et de sodium. Quand les ions de chlore sortent de la cellule, ils entraînent avec eux une petite quantité de liquide qui crée autour des cils un milieu favorable à leurs mouvements. Un portier gère la quantité de chlore qui peut sortir ou entrer dans la cellule. S'il n'accomplit pas sa tâche correctement, le chlore est confiné dans la cellule, emprisonnant du même coup le liquide précieux qui entoure les cils. Ceux-ci sont alors incapables de pousser le mucus vers la bouche.

Portiers absents

Les personnes atteintes de fibrose kystique n'ont pas de portier. Sans un environnement favorable à l'activité des cellules ciliées, les poumons restent engorgés d'un épais mucus qui obstrue le passage de l'air.

Les bactéries peuvent profiter de cet environnement pour causer des infections. De leur côté, les débris de certaines cellules irritent et même blessent les parois. Ainsi, les personnes atteintes de cette maladie souffrent de toux chronique, d'asthme et de pneumonies récurrentes. À la longue, les parois des bronches s'épaississent, ce qui réduit énormément l'échange d'oxygène.

Le pancréas aussi

Dans 85 à 90 % des cas, le pancréas des personnes atteintes de fibrose kystique sera affecté par cette même absence de portier. L'épais mucus bloquera le passage des enzymes fabriquées par cet organe responsable de découper en particules absorbables les gras et les protéines contenus dans la nourriture. Ces aliments non absorbés causeront de la flatulence et une distension intestinale. On peut comprendre pourquoi les enfants atteints ne prennent pas de poids. Heureusement, il leur est possible de prendre tous les jours les enzymes qu'ils n'ont pas.

Histoire familiale?

Pour qu'un enfant souffre de cette maladie, il faut que les deux parents possèdent le gène fautif sur lequel est inscrit « portier absent », la protéine CFTR. En moyenne, un enfant sur 3500 est atteint de fibrose kystique, mais cette incidence peut grimper à un sur 800 dans certaines régions.

Certains de ces enfants sont les seuls atteints dans leur famille. En fait, un adulte sur 20 a le gène fautif sans le savoir et sans être atteint par la maladie. Ce pourcentage est vrai surtout en Amérique du Nord et en Europe. Il diminue en Amérique du Sud et en Inde; il est presque absent en Asie et en Afrique.

Quand les deux parents ont le gène, le risque est le suivant: un en-

fant sur quatre aura la maladie, deux enfants sur quatre seront porteurs du gène, et un enfant sur quatre ne sera ni porteur ni atteint par la maladie. S'il y a un cas dans la famille, des tests peuvent être faits pour savoir si les autres membres sont porteurs.

Le diagnostic de la fibrose kystique s'établit, dans 70 % des cas, avant l'âge d'un an, à cause de problèmes pulmonaires récurrents ou d'un retard de croissance important. Quinze pour cent de ces enfants naissent avec une obstruction intestinale. La fibrose kystique n'affecte pas tous les sites de prédilection ou alors ne frappe pas avec la même sévérité chez tous. Cela dépend du type de gène (mutations) dont l'enfant a hérité.

Un simple test permet d'établir le diagnostic. Il s'agit d'analyser le contenu en sel de la sueur. Un test de sang sera également effectué pour confirmer le diagnostic.

Espérance de vie

Une meilleure nutrition, l'utilisation d'antibiotiques efficaces et d'enzymes de remplacement, ainsi que le suivi par une équipe multidisciplinaire, a permis d'augmenter l'espérance de vie. En 1986, elle n'était que de 26 ans. Aujourd'hui, on a repoussé cette limite à 36 ans, en moyenne.

Il ne faut pas en conclure qu'un enfant qui naît aujourd'hui aura une espérance de vie de 36 ans. Dans les décennies à venir, un traitement définitif pourrait voir le jour.

À l'heure actuelle, autant d'adultes que d'enfants vivent avec la fibrose kystique. Certains ont atteint la quarantaine et des femmes choisissent même d'avoir des enfants. Par contre, beaucoup d'hommes ont un problème de blocage du conduit emprunté par les spermatozoïdes et sont stériles.

Lorsque les poumons sont trop abîmés, le seul espoir demeure la transplantation pulmonaire. Contrairement à ce que l'on croit, la maladie n'affecte pas les nouveaux poumons. Malheureusement, le rejet associé à cette transplantation est une triste réalité qui mène à l'échec dans 50 % des cas au cours des cinq années qui suivent la transplantation.

La recherche

Le gène de la fibrose kystique a été découvert il y a quatorze ans. Les espoirs se sont d'abord dirigés vers une thérapie génique. Le but était de faire traverser les membranes cellulaires à un nouveau bagage génétique, pour qu'il se rende jusqu'au centre de contrôle de la cellule (le noyau) et y commande la fabrication de bons messages. Le transporteur tout indiqué semblait appartenir à la famille des virus.

Sauf que chez les animaux, le système immunitaire s'activait à tout coup contre ces virus, entraînant des réactions inflammatoires.

Il y a quelques années, cette thérapie génique a été essayée sur un jeune homme de 16 ans affligé d'une maladie terminale du foie. Il est mort quatre jours plus tard.

Un arrêt complet des recherches sur les différentes thérapies géniques a été exigé par le Food and Drug Administration américain, et les recherches n'ont repris que récemment.

D'autres pistes semblent prometteuses mais l'encadrement des recherches en ralentit l'évolution. Les experts sont sur la bonne voie, mais il ne faut pas espérer de percées avant quelques années.

Remerciements au D^r André Cantin, pneumologue et professeur titulaire au Centre Hospitalier Universitaire de Sherbrooke. Le D^r Cantin est aussi chercheur sur la maladie fibrose kystique.

On peut joindre le D^r Danielle Perreault à l'adresse suivante :
C.P. 63 082
Île-des-Soeurs
H3E 1V6
ou : perreaultmd@videotron.ca

“ La **GLUCOSAMINE**
d'Adrien Gagnon m'a guéri à
100 % ”
- Jacques Demers

**J'AVAIS TELLEMENT MAL À MON GENOU GAUCHE
QUE J'AI DÛ ARRÊTER DE JOUER AU GOLF !**



Nom : Jacques Demers
Âge : 59 ans
Profession : Chroniqueur Sportif
Ex-entraîneur du Canadien

◆ Il y a quelques années, j'ai commencé à ressentir un peu de douleur quand je jouais au golf. Avec les années, la douleur s'est accentuée. J'avais de la difficulté avec mon genou gauche. J'ai pensé que j'avais peut-être une déchirure des ligaments ou une blessure au genou. Pour en être certain, j'ai consulté de très bons médecins qui m'ont confirmé que je n'avais pas besoin de chirurgie. L'un d'entre eux croyait que c'était l'arthrose qui avec le temps avait fait son travail. J'ai donc décidé d'endurer ma douleur. J'ai pris certains anti-inflammatoires pour diminuer ma douleur, mais celle-ci revenait toujours.

◆ J'avais de plus en plus de difficulté à jouer au golf et à faire les gestes du quotidien comme monter l'escalier, descendre de la voiture, etc. J'avais tellement mal que j'ai complètement arrêté de jouer au golf. J'étais malheureux. Je souffrais de mon genou gauche mais je souffrais également de ne pas jouer au golf. La douleur était présente même la nuit.

**GRÂCE À LA GLUCOSAMINE, J'AI PU JOUER
CETTE ANNÉE PLUS DE 75 PARTIES DE GOLF !**

◆ Puis un jour, j'ai vu des publicités de **GLUCOSAMINE d'Adrien Gagnon** à la télévision. J'ai demandé l'avis de mon voisin qui est médecin à propos du **SULFATE de GLUCOSAMINE**. Il m'a dit que je n'avais rien à perdre.

◆ J'ai commencé à en prendre, il y a un an. Je dois vous admettre que je n'ai plus aucun problème. Je n'ai plus mal au genou. Cette année, j'ai joué plus de 75 parties de golf.



“Moi, je suis un adepte du golf, j'adore ce sport mais il y a quelques années, j'ai dû cesser de jouer parce que j'avais trop mal à mon genou gauche. C'était une douleur persistante en arrière du genou !”

La marque
la plus
recommandée
par les
pharmaciens



“C'est la **GLUCOSAMINE**
avec **CHONDROÏTINE**
de marque Adrien Gagnon
qui m'a sauvé.

Croyez-moi, vous pouvez
faire confiance à la
GLUCOSAMINE
d'Adrien Gagnon”

- Jacques Demers

Disponible chez:

Jean Coutu, Uniprix, Pharmaprix, Wal-Mart, Famili-Prix, Brunet, Clini-Plus, Essaim, Obonsoins, Santé Services, Clinique Santé, Provigo, Maxi, Loblaws, Sobeys, IGA, Super C, Métro Max

LE WEEK-END TOUTE LA SEMAINE !

ACTUEL
magazine

Tous les samedis dans **LA PRESSE**

Promotion

En un clin d'oeil

Phytobec vous permet d'affronter les exigences du présent. En un clin d'oeil, vous tirez profit du grand nombre de ses composantes à doses contrôlées... des éléments très diversifiés, pour des résultats simplifiés, disponibles « tout dans un ».

Montréal : (514) 272-1365
Mauricie : (819) 378-7777

Ligne extérieure : 1 800 272-1365
Estrie : (819) 823-3322

3142308A



Stade olympique, 16 juillet 1981. Alan Willey et Gordon Hill, du Manic, disputent le ballon à un joueur des Earthquakes de San Jose.

PHOTO ARCHIVES LA PRESSE ©

Il est rond, le ballon



RICHARD CHARTIER

rchartie@lapresse.ca

L'invitation était irrésistible : la vieille bande lançait un livre en grande pompe ! Georges Schwartz et Jacques Gagnon à la plume, Pascale Cifarelli qui organise, tire les ficelles, édite et commande le buffet. Et Saputo qui tient tout ça à bout de bras. Ça voulait dire qu'ils seraient tous là. Il ne fallait pas manquer ça !

En approchant de la grande salle du Sheraton Laval où se déroulait le lancement, celui de *Histoire du soccer québécois*, on pouvait déjà sentir les arômes d'un buffet royal. Les discours étaient longs et certainement trop nombreux — même le député, *simonaque* ! — mais personne ne songeait à quitter les lieux. Plus ça allait et plus ça sentait bon.

Quand Claudine Douville a dit « voilà pour les discours », elle n'a pas eu le temps de finir sa phrase que nous avions déjà la bouche pleine : pâtes délicates, viandes succulentes, salades mamma mia !, sushis (parce que le foot, c'est mondial), fromages et desserts, ouh ! là là ! les petites mousses qui font les grosses bedaines, les canolli que si vous savez pas ce que c'est ça urge au rayon des sucreries, et je n'ai rien dit des vins.

Bon, j'ai l'air goinfré comme ça, mais il m'a fallu trois bons quarts d'heure avant de me frayer un chemin jusqu'à une table, car j'avais d'abord du monde à rencontrer.

J'en avais repéré plusieurs pendant les discours. Roger Samson, qui n'a pas beaucoup vieilli à part un peu de gris, Pierre Mindru, à qui j'ai donné tant de sueurs froides lorsque j'écrivais mes folies sur

le Manic, Jean Trudelle avec sa barbe d'ayatollah, Francis Millien, qui a pris juste un tout petit peu de poids, Pari Arshagouni l'arbitre, Pino Asaro et des têtes familières, parce que le foot, c'est une grande famille.

Pas vu mon principal rival du temps, Jean-Denis Girouard, du *Journal de Montréal*, ni Randy Phillips, from *The Gazette*. Ni mon Réjean Tremblay, qui est aussi le vôtre. Tout le monde ne pouvait être là, c'est normal. Réjean grelottait au match de hockey en plein air, fallait bien qu'il gagne sa vie. Privés de buffet, les pauvres !

Un gros trip

Un lancement de livre, donc, ne perdons pas le cap, un autre sur le soccer québécois. Heureusement, *Histoire du soccer québécois*, ce sont des histoires, une présentation des faits marquants de la passion du ballon rond de ce côté-ci de l'Europe...

En y allant, je salivais à l'idée de lire l'histoire du Manic racontée par Schwartz et Gagnon. Le joaillier d'origine hongroise et le journaliste québécois connaissent bien le sujet. Lisez plutôt : « Des entraîneurs de renom (...) avaient permis à un grand nombre de joueurs canadiens d'évoluer dans un contexte professionnel remarquable, et dans un cadre de jeu qui appelait au dépassement. » Réécitez avec cet accent européen inimitable... Du Schwartz, sûrement.

On ne s'étonnera pas dès lors que *Histoire du soccer québécois* soit un bijou. Les événements, quelques anecdotes, les dates sont là. Cette histoire est en train de se faire, mais un rapport d'étape ne fait pas de mal. Celui-là fait du bien.

Ce soir il pleut, il fait froid et je feuillette avec plaisir, bien au chaud, une histoire de chaleur, d'équipes et de noms. Le bout que j'ai vécu, c'est le Manic, du début à la fin, de la naissance à la fin.

Je me sens sourire quand je pense

à Gordon Hill, Eddie Firmani, Dragan Vujovic, Thompson Usiyan. J'en ai passé de bons bouts avec eux autres, ils ne m'ont sûrement pas toujours trouvé drôle mais on s'aimait bien et ce fut un gros trip.

Des estomacs en inox

Une ou deux anecdotes, si vous voulez : premier camp d'entraînement à South Dade, en Floride, au motel ou logent l'équipe et les journalistes, je finis mes textes du premier jour, des heures de travail, et je vais retrouver Jean-Denis Girouard à sa chambre de motel pour voir s'il est prêt à aller souper. Mon collègue du *Journal* achève d'écrire, encore trois minutes, en fait il est en train de se relire, il va transmettre et fermer son ordinateur portable. Je m'appuie contre le cadre de la porte et mon épaule ferme l'interrupteur de la lampe sur lequel est branché l'ordinateur de Jean-Denis. Il n'avait pas mis en mémoire, j'éteins son bidule. Jean-Denis n'a pas eu besoin de me casser une jambe, j'étais déjà dans le plâtre pour la fracture d'une cheville subie lors d'une rencontre amicale entre l'équipe et les journalistes, trois jours avant le départ. Il s'y est remis et a tout réécrit en deux heures et on est resté bons amis assez longtemps. Mais quand j'ai échangé Gordon Hill, dit *Gordie Baby*, au Sting de Chicago, je crois qu'il en a été physiquement malade.

Une autre ? La veille d'un match de série éliminatoire contre le Cosmos de New York, ayant fini d'écrire, je descends au bar-salon de l'hôtel vers une heure du matin. Quatre ou cinq joueurs du Manic sont au bar et boivent du fort dans de grands verres. Je ne veux pas le croire. Ils sont saouls et dans une douzaine d'heures ils affrontent de grandes pointures : Giorgio Chinaglia, Carlos Alberto, Gerg Müller, l'entraîneur Franz Beckenbauer, des légendes vivantes ! Je me dis bon, on verra demain, s'ils se font planter, s'ils jouent mal, je pourrai

expliquer pourquoi. Or le lendemain, ils, je veux dire ces buveurs, ont fait un malheur, ils ont joué superbement et le Cosmos l'a difficilement emporté, j'ai oublié le score, mais c'était par un but. À partir de ce jour, je ne me suis pas inquiété de leurs folies. Des estomacs en inox !

Eddie...

Des fois, Eddie Firmani et moi, on ne se parlait plus, ou on se faisait la baboune pour un petit bout. J'avais écrit quelque chose, il n'était pas d'accord, mais Eddie finissait toujours par m'inviter à boire avec lui une bouteille de vin et à oublier tout ça. Firmani était un être vraiment spécial. Italien d'origine sud-africaine, premier entraîneur de Pelé hors du Brésil, grande vedette chez les sheiks milliardaires du Golfe qui l'appelaient encore régulièrement pour lui offrir de *coach* dans le désert en échange d'un palace et de deux Bentley. *The one and only* vit aujourd'hui en Floride (sinon on l'aurait vu au lancement).

Une fois, sur la côte Ouest, Eddie était en colère contre moi, je ne me rappelle plus à quel propos. Il avait pris Jean-Denis et moi comme gardiens de buts pour un match interne de sélection en vue du prochain match. Un ballon de soccer, chez les pros, ça rentre comme une roche, le saviez-vous ? Je ne m'en étais pas douté jusqu'à ce jour. En tout cas, s'il voulait se venger de quelque chose, il avait trouvé la manière. J'ai vécu de vrais instants de terreur, le *goal* derrière moi et cette bande de loups affamés devant. Un tir solide m'a atteint aux côtes et quand j'ai repris mon souffle, je pensais que quelqu'un m'avait frappé avec un bâton de baseball ! En fait, tôt dans la rencontre, j'ai compris que mon style à moi — chacun le sien — c'était de m'enlever de là quand je voyais arriver le ballon ! Sur les bras, sur les jambes, aïe ! ça faisait mal. Dire que dans les rangs les moins cultivés de

la société québécoise, on affirmait que le soccer, c'était un sport de *tapettes*. À un certain moment, je me suis retrouvé au milieu d'une mêlée et c'est encore tout frais dans ma mémoire, Alan Willey a frappé le ballon avec sa tête, je n'aurais eu qu'à pencher la mienne pour faire un *coco bump*. Là, j'avais envie de crier « sortez-moi d'ici ! »

Oui monsieur, Eddie, il avait de la classe et j'ai gardé pour lui une affection toute spéciale. Si tu repasses par Montréal, Eddie, on ira manger une bonne soupe et écluser un vieux cru.

58 542 spectateurs

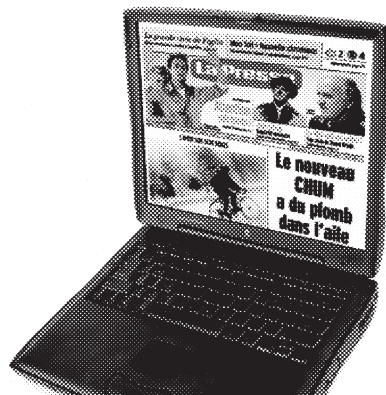
Ah ! le Manic. Une trentaine de mois de bonheur dans ma vie. Je ne suis pas près d'oublier.

La belle *Histoire* de Schwartz et Gagnon est préfacée par Réjean Tremblay. Il en a trippé un coup avec le Manic, notre téléromancier national. Pendant des années après la disparition de notre chère équipe et encore de nos jours, quand on parle de foot, Réjean me répète : « Tu te rappelles le match contre le Sting de Chicago au Stade olympique, 58 542 spectateurs, j'en ai encore la chair de poule ! » Ceux qui ont beaucoup fréquenté l'endroit s'accordent à dire que ces quelques heures ont été sans équivalent dans l'histoire du stade en forme de soucoupe volante. Ce soir-là, le 2 septembre 1981, le vaisseau de béton a lévité d'autant plus que la bande à Eddie l'a emporté !

Le Manic nous a donné un peu de bonheur, mais sa disparition a retardé ici le développement du sport qui roule le mieux sur la planète. Un jour, quand le baseball sera devenu une branche de la paléontologie, on continuera de proclamer cette vérité : « *Every minute, a soccer is born.* »

Histoire du soccer québécois, Georges Schwartz et Jacques Gagnon, Québec Soccer, 202 pages, 45 \$ (65 \$ avec boîtier).

LA PRESSE.
MAINTENANT SUR UN ÉCRAN
LOIN DE CHEZ VOUS.



LA PRESSE ÉDITION ÉLECTRONIQUE

Retrouvez en ligne le contenu intégral de votre quotidien préféré.

Téléchargez-le dès 4 h 30 sur votre ordinateur.

La Presse vous suit maintenant dans tous vos déplacements.

Pour vous abonner, visitez

[La Presse.ca/ee](http://LaPresse.ca/ee)



PHOTO REUTERS

Scène d'un centre d'appels international à Bangalore, dans la partie sud de l'Inde, une ville dont le nombre d'experts en technologies de l'information dépasse maintenant celui de Silicon Valley.

L'expansion des technologies de l'information en Inde dérange l'Ouest

La plupart des grands PDG des sociétés industrielles, travaillés par la compétitivité, mijotent des transferts d'activités en Inde



RÉAL PELLETIER

LA PRESSE D'AILLEURS

Revenons sur le thème de l'explosion des technologies de l'information en Inde : ça touche déjà sérieusement les États-Unis, ce qui veut dire que le voisin que nous sommes n'est pas à l'abri. L'hebdomadaire *BusinessWeek* la semaine dernière y consacrait un dossier instructif, bilan de ce que publie ces derniers mois la grande presse occidentale, qui en vient à se demander, sur un ton admiratif mêlé de crainte, si l'Inde n'est pas en train de supplanter les États-Unis au chapitre des technologies de l'information (TI). La percée indienne paraît telle que des analystes se demandent si l'Inde ne va pas, finalement, rattraper la Chine au chapitre du grand développement dans le siècle qui s'amorce.

Le cas de General Electric

Une ville comme Bangalore, dans la pointe méridionale de l'Inde, compte déjà 150 000 ingénieurs en TI, contre 120 000 pour la célèbre Silicon Valley. *BusinessWeek* met en relief le cas remarquable d'une filiale de General Electric installée à Bangalore, le John F. Welch Technology Center, qui emploie déjà 1800 ingénieurs (un sur quatre est titulaire d'un doctorat) et qui alimente en recherche fondamentale la majorité des 13 grandes divisions de G.E.

C'est dans ses laboratoires de Bangalore que G.E. peaufine l'aérodynamique des pales de ses moteurs d'avion ; dans un autre labo, on met au point la structure moléculaire de matériaux qui permettront à un film enregistré sur DVD de s'autodétruire après quelques jours ; dans un autre, on réinvente la procédure industrielle d'une usine de plastique de G.E. en Espagne, ce qui augmentera sa productivité de 20 %. En trois ans, le John Welch Center de Bangalore a déjà revendiqué 95 brevets d'invention.

Le centre, précise l'hebdo, promet de se révéler l'un des plus importants creusets intellectuels de l'histoire du monde. Paul Saffo,

de l'Institut du futur, en Californie, estime que « les Indiens sont en voie de prendre le leadership dans la colonisation du cyberespace ».

Pendant que l'emploi explose en technologies de l'information en Inde, il diminue aux États-Unis. Le chômage chez les programmeurs de logiciels a doublé, pour atteindre 4,6 % ces trois dernières années. Il atteint 6,7 % chez les ingénieurs en électricité et 7,7 % chez les gestionnaires de réseaux. Actuellement, 234 000 professionnels des TI aux États-Unis sont sans emploi.

Le consultant américain Meta Group estime qu'au moins le tiers de la recherche des grandes entreprises américaines se fait maintenant à l'étranger, principalement en Inde. Et ça ne s'arrête pas à la recherche : 500 000 emplois américains dans les services financiers pourraient se déplacer à l'étranger d'ici 2008, prédit un autre consultant, A.T. Kearney Inc. Même les gouvernements aux États-Unis ont recours à l'Inde pour certaines fonctions, y compris la comptabilité et même — ironie du sort — pour la gestion des bons d'alimentation (*foodstamps*) réservés aux pauvres. Le US Postal Service lui-même a recours à des services en Inde. La recherche pharmaceutique et le génie automobile pourraient emboîter le pas.

Autos conçues, faites en Inde

De fait, signale le *Sunday Times*, de Londres, la société Rover a fait concevoir en Inde la petite voiture qui manquait à sa gamme de produits. Les premières City Rovers débarqueront au port de Birmingham ces jours prochains. On en attend 100 000 exemplaires ces quatre prochaines années. Ces voitures ont le look Rover, mais celui-ci cache une conception originale presque entièrement indienne. Il s'agit en fait de la première voiture dessinée et assemblée par des ingénieurs et des ouvriers indiens, avec une aide minimale de l'étranger.

Pourquoi des Rovers conçues et fabriquées en Inde ? D'abord parce que les Indiens sont capables de le faire, mais aussi bien sûr parce qu'elles y coûtent moins cher. La main-d'œuvre pour fabriquer une City Rover ne compte que pour 3 % du coût du produit, contre 10 % et plus pour plusieurs voitures construites en Occident. Quant au designer industriel, il peut coûter plus de 2000 \$CAN par jour en Grande-Bretagne ou

aux États-Unis, ces honoraires représentant le salaire mensuel du designer indien.

L'entreprise indienne Tata, qui produit les City Rover, est déjà présente aussi dans les pièces, notamment la conception de matrices, clés de la fabrication de pièces. Elle vient d'obtenir en soustraction le contrat des matrices pour 12 pièces en aluminium de la très *high-tech* Jaguar XJ.

Chez Delphi, l'ex-unité de General Motors devenue le plus important fabricant de pièces au monde, on estime que le marché mondial de l'automobile est devenu tellement compétitif que les constructeurs vont se précipiter en Inde pour réduire leurs coûts. Delphi-Inde veille au grain, d'ailleurs.

Incontournable impartition ?

Mais aux États-Unis, c'est surtout dans le secteur des technologies de l'information que les craintes d'exportation d'emplois se font sentir. « Il est devenu presque impossible de réduire davantage les coûts de production » aux États-Unis, indique à *BusinessWeek* Chris Disher, spécialiste de l'*outsourcing* (sous-traitance étrangère). « C'est pourquoi tous les PDG se tournent vers l'Inde, à la demande d'ailleurs de leurs conseils d'administration. » Peu d'activités économiques échappent au phénomène. Pendant que Wall Street va dormir le soir, des conseillers indiens la nuit préparent les dossiers d'analyse qui seront accessibles le lendemain matin à New York. Des analystes indiens également planchent sur la solvabilité de clients américains en assurances, en prêts hypothécaires ou en cartes de crédit, pour des entreprises comme American Express ou J.P. Morgan Chase.

En 2008, dit le consultant McKinsey, la gamme de services rendus par des professionnels indiens à l'Amérique aura été multipliée par cinq : le chiffre d'affaires global de ces opérations représentera une exportation annuelle de 57 milliards \$US qui emploiera 4 millions de personnes en Inde, équivalant à 7 % du produit intérieur brut du pays.

Si l'Inde, précise *BusinessWeek*, devient une économie à croissance rapide, elle aura été la première société en développement à se sortir de la misère par sa seule puissance intellectuelle plutôt que par ses richesses naturelles ou des salaires industriels de crève-la-faim. Mais tout ça reste dans l'ordre des perspectives : les techno-

logies de l'information n'emploient encore que 1 % de la main-d'œuvre en Inde ; le revenu annuel par tête n'est encore que de 460 \$ et 300 millions d'Indiens subsistent encore avec 1 \$ par jour ou moins.

N'empêche, la dynamique indienne impressionne les observateurs, qui ne résistent pas à la tentation de comparer l'Inde au modèle par excellence du développement actuel, la Chine.

La rivalité chinoise

L'analyste David Wessel, de la maison Dow Jones, cite à ce propos, dans un article reproduit par l'hebdo *L'Intelligent-Jeune Afrique*, l'étude menée par deux politologues américains — l'un d'origine chinoise, l'autre, indienne — qui affirment que l'avenir appartient à l'Inde plutôt qu'à la Chine : Yasheng Huang, qui enseigne au Massachusetts Institute of Technology et Tarun Khanna, du Harvard Business School, ont publié leur étude dans la revue *Foreign Policy*.

Les Chinois, disent les profs, ont l'ordre, la discipline, des téléphones et des routes modernes, moins de pauvreté (que l'Inde) et une croissance plus rapide. Les Indiens ont la démocratie, le désordre, des téléphones et des routes modernes en piteux état, davantage de pauvreté et une croissance plus lente. La Chine profite en outre d'énormes investissements étrangers et d'une diaspora plus riche.

Par contre, poursuivent les auteurs : « On aurait du mal à trouver une seule entreprise créée par un Chinois qui opère à l'échelle mondiale et commercialise ses propres produits à l'étranger. » L'Inde en revanche a quelque chose que la Chine n'a pas : « Des entreprises capables de rivaliser avec ce que l'Europe et les États-Unis peuvent offrir de mieux (...) L'Inde n'a pas les structures matérielles d'une économie moderne, mais elle en a davantage les institutions — par exemple les tribunaux et le système financier — que la Chine.

Tous les observateurs ne souscrivent pas à la thèse des deux profs, mais l'analyste Joydeep Mukherji, de l'agence de notation Standard and Poor's, y accorde foi, ne serait-ce que parce que « l'Inde fait mieux fructifier son argent » que la Chine, qui « fait une mauvaise utilisation de l'investissement interne » et dépend trop de l'investissement étranger.

THE BOSTON GLOBE

Conviction

Peu après son arrivée au pouvoir en 2000, le président George W. Bush a révélé son projet de financement public d'institutions religieuses reconnues comme agents de services sociaux. Le Congrès lui a fait des misères, évoquant la séparation traditionnelle entre l'État et l'Église aux États-Unis. Mais le président persiste : un organisme qui lui est rattaché, l'Office of Faith-Based and Community Initiatives, et ses sept succursales dans des agences gouvernementales ont entrepris de distribuer des millions à des organismes religieux assumant des fonctions de service social, écrit le *Boston Globe*. « Lentement mais sûrement, nous transformons la culture », a dit le président, le mois dernier, devant le Oak Cliff Bible Fellowship, à Dallas. L'initiative risque de contrevenir à cette « culture » qui, par exemple, interdit la discrimination à l'embauche, discrimination religieuse en l'occurrence. Un conseiller présidentiel a, dans l'anonymat, reconnu que le président veut ainsi consolider sa base évangélique en vue de l'élection de 2004.

THE CHICAGO TRIBUNE

Addiction

Les mises en accusation se multiplient aux États-Unis contre les femmes enceintes qui ont abusé de l'alcool ou de la drogue durant leur grossesse, rapporte le *Chicago Tribune*. Mme Stacey Gilligan a été accusée d'avoir consommé tellement de vodka durant son huitième mois de grossesse que son bébé est né en état d'ébriété. Tayshea Aiwohi passe en cour parce que son bébé est mort d'empoisonnement à la méthamphétamine, deux jours après sa naissance. Regina McKnight a accouché d'un bébé mort-né à la suite d'abus de cocaïne durant sa grossesse. Selon les cas, les accusations vont de méfait mettant en danger la santé de l'enfant jusqu'à celle de meurtre. Au moins deux femmes jusqu'ici ont été condamnées à la prison à vie. Les champions de l'avortement sont furieux parce qu'ils considèrent que le fœtus n'est pas reconnu constitutionnellement comme une personne protégée. D'autres constatent que cette pratique judiciaire a pour effet d'éloigner les mères porteuses alcooliques ou droguées des cabinets de médecins.

THE NEW YORK TIMES

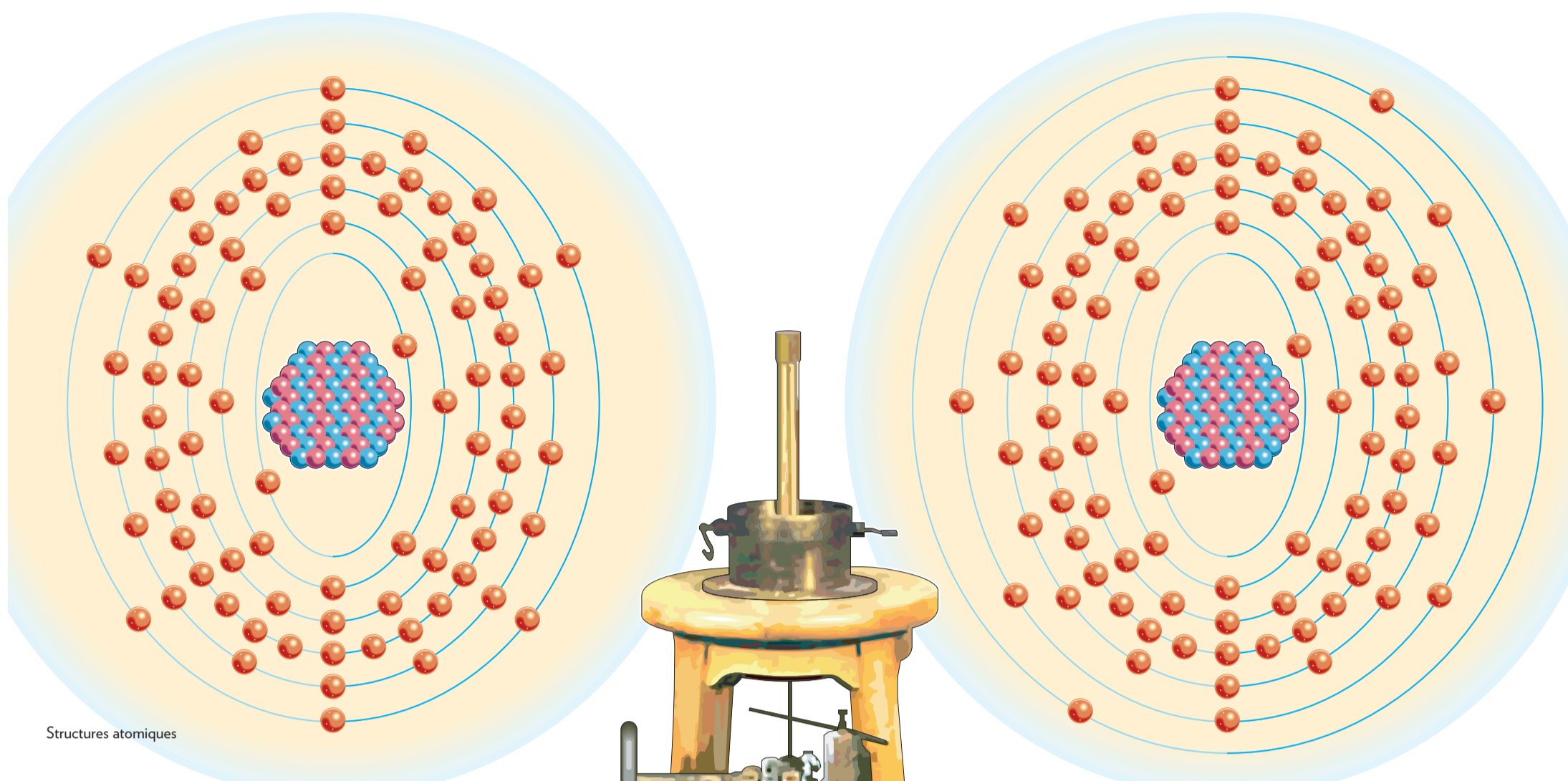
Dégradation

Le Québec n'est pas le seul à souffrir de dénatalité au point que le phénomène conduit à une réflexion communautaire. L'Écosse, nous apprend le *New York Times*, est aux prises avec son taux de natalité le plus bas depuis qu'on tient des statistiques à ce propos, c'est-à-dire depuis 150 ans, le taux étant passé de 2,53 enfants à 1,49 au cours de cette période. Ces cinq dernières années, il y a eu plus de morts que de naissances en Écosse. Seule consolation : les Écossais vivent plus vieux, l'espérance de vie atteignant 72,3 ans contre 61,1 il y a 13 ans (des taux bas qui reflètent le caractère traditionnellement éprouvant de certaines fonctions industrielles écossaises comme les mines). Une ville comme Glasgow, qui échappe au flux de l'immigration, fermera 25 écoles primaires d'ici deux ans. Les nationalistes écossais réclament une politique d'immigration autonome afin d'assurer la venue d'ouvriers spécialisés.

THE SUNDAY TIMES

Affection

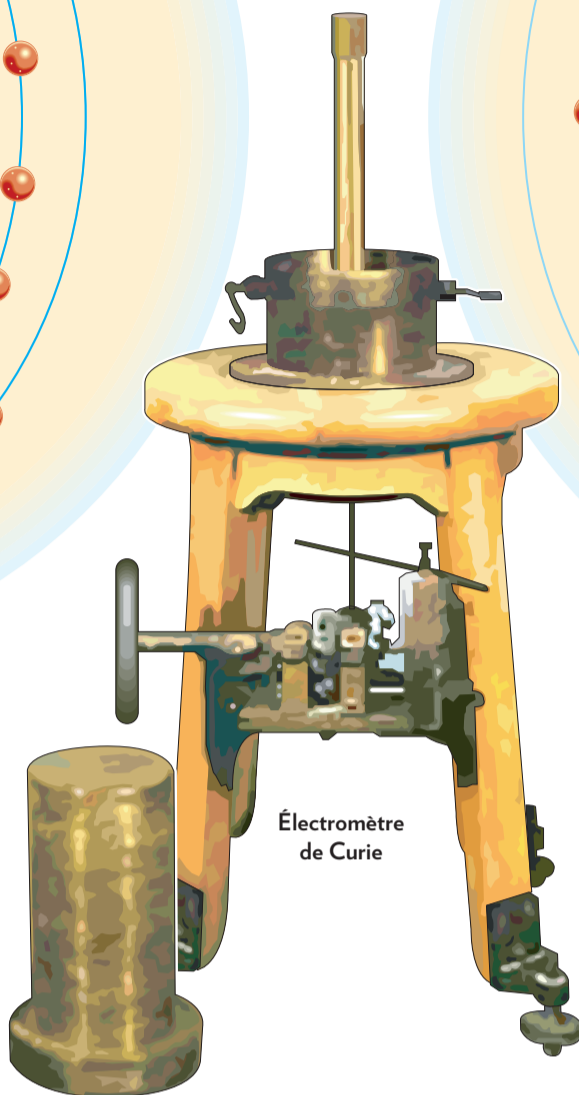
Peter Mayle, cet ex-publicitaire britannique qui a contribué comme pas un, par ses livres, à faire connaître la Provence chez les non-francophones du monde, a déjà été gratifié de la Légion d'honneur. A son tour, la classe culinaire française lui rend hommage ces jours-ci pour son plus récent livre, *Bon Appétit*, dans lequel M. Mayle médite sur les excentricités de l'Hexagone comme les dégustations de fromage ou les foires aux grenouilles. « Il écrit sur nos traditions culinaires avec grande sympathie », explique Jean-Pierre d'Étiennes d'Orves, de l'Association des amis de l'esprit de la cuisine française, cité par le *Sunday Times*, de Londres. Le couple Mayle avait quitté la Provence en 1994 après que leur maison et le village eurent été envahis par les touristes, attirés par la célébrité des lieux. Les guides touristiques avaient inscrit le home des Mayle sur leur itinéraire et des hordes de Japonais y descendaient allègrement, appareils photo au poing. Mais après trois ans d'exil aux États-Unis, les Mayle sont discrètement revenus en Provence, dans un lieu qu'ils gardent pour l'instant discret. Peter Mayle apprécie les hommages que lui rend son pays d'adoption tout en se plaignant de la réaction anglaise, qui lui reproche deux péchés capitaux : avoir fui la grogne britannique ordinaire à propos du temps qu'il fait et du football, et avoir insulté l'Angleterre en allant vivre à l'étranger.



Structures atomiques

Polonium: découvert en juillet 1898. L'électromètre de Curie, qui mesure les courants électriques infimes des radiations émises par la pechblende, conclut à la présence d'un nouvel élément radioactif.

POLONIUM	
Protons/Électrons	84
Neutrons	125
Masse atomique	209



Électromètre de Curie

RADIUM	
Protons/Électrons	88
Neutrons	138
Masse atomique	226

Radium: découvert en décembre 1898 et également isolé de la pechblende. Pierre Curie se brûle le peau en se frottant avec du radium.

L'héritage de Marie Curie

La physicienne française d'origine polonaise a reçu un premier prix Nobel il y a 100 ans, en 1903. La découverte du radium et du polonium devait lui valoir un second Nobel, en 1911.

Tout n'a pas encore été dit à propos de cette femme remarquable, dont les travaux sur la radioactivité ont modifié le cours de la science et, du coup, l'évolution de la médecine.



D'APRÈS GRAPHIC NEWS

LONDRES – De vieilles notes de cours révèlent que Marie Curie et quelques intellectuels de ses amis ont rompu avec la tradition en préparant les jeunes filles au baccalauréat, ce qui donne à penser qu'elle était féministe avant la lettre.

Cependant, ces notes nous apprennent surtout que l'un des aspects les plus marquants de sa personnalité était son inébranlable foi en l'éducation. Et c'est justement cette confiance qui l'a propulsée de sa Pologne, alors province russe, à la faculté de physique de la Sorbonne, à Paris, où elle s'est illustrée.

Née en 1867 à Varsovie, Maria Sklodowska est la benjamine des cinq enfants d'un couple d'enseignants. La petite Maria a 10 ans quand sa mère est emportée par la tuberculose. Elle devient alors disciple de son père, professeur de physique dont la ferveur nationaliste

comprend l'avancement professionnel.

Adolescente, Maria assiste à des cours clandestins donnés par des enseignants polonais défiant l'autorité russe. Elle travaille ensuite comme gouvernante pour payer ses études à la Sorbonne. Une fois sa maîtrise en mathématiques obtenue, Maria, devenue Marie, se met à la recherche d'un laboratoire pour finalement trouver l'âme sœur.

Il existe peu d'exemples d'association scientifique semblable à celle de Marie et Pierre Curie, le physicien qu'elle épouse en 1895. Au cours des années qui suivent, ils cherchent l'origine des mystérieuses radiations produites par l'uranium et qu'avait observées en 1896 le physicien français Henri Becquerel.

En 1898, le couple isole une minuscule quantité de matière radioactive, baptisée «radium». Poussant plus loin les études de Becquerel, ils soumettent l'hypothèse fondamentale

suivante: l'émission de radiations par les composés d'uranium serait attribuable à une propriété atomique de l'uranium. Pour décrire le comportement de l'uranium, Marie Curie propose le mot «radioactivité». En 1903, les Curie remportent conjointement le prix Nobel de physique avec Henri Becquerel.

Après le décès de Pierre, victime d'un accident de la route, Marie se lance corps et âme dans l'étude du radium, négligeant ses mortelles propriétés, qui finiront par l'emporter.

Elle reçoit un second prix Nobel en 1911 puis, avec ses filles Irène et Ève, met sur pied une unité de radiologie mobile qui parcourra les champs de bataille durant toute la Première Grande Guerre.

Malgré les problèmes de santé imputables à son exposition régulière au radium, Marie Curie consacra ses dernières années à la collecte de fonds pour le développement de la radiologie, cette branche de la médecine utilisant les rayons X et le radium pour diagnostiquer et traiter les maladies. Elle sera aussi l'active porte-parole de plusieurs causes, dont celle de la Société des nations, jusqu'à ce qu'elle meure de leucémie en 1934.

Au cours du siècle qui a suivi l'attribution d'un premier prix Nobel à Marie Curie, son nom a été associé à maintes campagnes: aujourd'hui, la radioactivité permet de traiter plusieurs maladies affectant les femmes, dont le cancer, et plusieurs voient en elle une pionnière du féminisme. Jusqu'au dernier jour, elle a su éviter les pièges de la renommée, préférant la quiétude de

son laboratoire. Einstein disait qu'elle était l'une des rares à ne pas être «corrompue par la renommée».

Pour comprendre cette petite femme effacée qui a changé le monde avec un petit décigramme de radium, peut-être convient-il de se rappeler ce qu'elle-même disait de la science: «Un scientifique dans son laboratoire n'est pas qu'un simple technicien: c'est aussi un enfant confronté à des phénomènes naturels qui l'impressionnent comme autant de contes de fées.»



Première Guerre mondiale: avec ses filles Irène et Ève, Marie Curie crée la «petite curie», une unité de radiologie mobile qui parcourt le front et permet de traiter immédiatement les blessés. En deux ans, Marie établit 200 unités de radiologie permanentes en France et en Belgique.

