

PLUS



ACTUEL SANTÉ BAIGNADE FAUT-IL SE MÉFIER DU CHLORE? PAGES 4 ET 5



PHOTO BEN CURTIS, AP

Aziza Ousayran, 77 ans, s'en remet à Dieu pour fuir la banlieue sud de Beyrouth. Après des années de paix, les chars d'assaut israéliens sont de retour au Liban.

LIBAN

Pourquoi maintenant?

Le rapt de deux soldats israéliens par le Hezbollah, le « Parti de Dieu » qui contrôle le sud du Liban depuis le retrait israélien de mai 2000, a provoqué une réaction en chaîne, embrasant toute la région. Pour mieux comprendre la crise, retour à la frontière de tous les dangers.



AGNÈS GRUDA

Kfar Kila est un tout petit village tout au bout du Liban. Un hameau désolé d'où l'on peut apercevoir les vallons de la Galilée, avec leurs exploitations agricoles et leurs toits orange.

C'est un « guide » gracieusement fourni par le Hezbollah qui m'y avait menée, en novembre 2001. À l'époque, les rues de Beyrouth et de Saïda débordaient de stands de falafels, les terrasses sur le front de mer servaient du vin et du poisson grillé.

Le pays avait retrouvé sa nonchalance méditerranéenne, tournant le dos à la guerre civile qui l'avait ensanglanté pendant 15 ans, et à l'occupation israélienne qui s'était terminée 18 mois plus tôt.

Mais à Kfar Kila, c'était une autre histoire. L'extrémité sud du

village débouchait sur des barbelés démarquant la frontière avec Israël. De l'autre côté de la clôture, il y avait un bunker israélien.

« Les gens viennent ici pour lancer des pierres aux soldats », m'avait expliqué Ahmed, mon guide au regard vert. Les lanceurs de cailloux mettaient leurs projectiles dans des sacs de plastique avant de les projeter sur le bun-

ker. Seule trace de ces attaques dérisoires: des morceaux de sacs effilochés accrochés à la clôture.

Liban en mai 2000, sous la pression du Hezbollah et de l'opinion publique israélienne. Mais un an et demi plus tard un climat de guerre régnait toujours à Kfar Kila.

Un peu plus à l'est, dans un secteur appelé les « Fermes de Chebaa », à la lisière de la Syrie, les hostilités se poursuivaient carrément.

Une partie de la réponse vient du Liban lui-même – un pays fragile où chrétiens, sunnites et chiites vivaient en équilibre précaire, sous tutelle syrienne, depuis la fin de la guerre civile.

Ce territoire de 25 km² était toujours occupé par Israël, qui l'avait arraché à la Syrie en 1967. Le Liban et le Hezbollah revendiquaient ce territoire grand comme un mouchoir de poche. Des escarmouches y éclataient de façon sporadique entre les milices du Hezbollah et l'armée israélienne.

Climat de guerre
Après 18 ans d'occupation, l'armée israélienne a quitté le

Mais le retrait israélien risquait aussi de priver le Hezbollah de sa raison d'être. « Un débat interne a eu lieu au Liban sur la légitimité de garder un mouvement armé », note la politologue québécoise Marie-Joëlle Zahar.

« Le Hezbollah avait intérêt à maintenir un niveau de tension pour justifier sa présence armée », selon cette spécialiste du Liban.

tés de l'autre côté de la frontière? Pourquoi cette pression constante autour des Fermes de Chebaa – territoire sur lequel, selon l'ONU, le Liban n'a aucun droit?

Pour répondre à cette question, il faut retourner aux sources du Hezbollah, ce mouvement radical chiite fondé en 1982 pour chasser Israël du Liban. Avec le départ des tanks israéliens, le Hezbollah a remporté une grande victoire – de nombreux Libanais estiment que c'est lui qui, en faisant reculer la puissante armée israélienne, a brisé le mythe de l'invincibilité de l'État hébreu.

Pendant six ans, ce mouvement chiite a donc gratté sporadiquement une plaie qu'il préférait garder vivante. Au nord, le Liban construisait des hôtels et fonçait vers un avenir radieux. Au sud, au cœur de son « Hezbollah » d'où l'État libanais était dangereusement absent, le Parti de Dieu soufflait sur les tisons.

Cet équilibre précaire s'est maintenu pendant six ans. Puis, la marmite a explosé. Pourquoi? Et surtout, pourquoi maintenant?

Un pays instable

Une partie de la réponse vient du Liban lui-même – un pays fragile où chrétiens, sunnites et chiites vivaient en équilibre précaire, sous tutelle syrienne, depuis la fin de la guerre civile.

Début 2005, Rafik Hariri, ex-premier ministre libanais qui cherchait à « sortir » la Syrie du Liban, meurt dans un attentat. L'assassinat, probablement orchestré par Damas, précipite des milliers de Libanais dans la rue. « Dehors la Syrie! » crient les participants à cette « révolution des cèdres ».

Voir **POURQUOI** en page 2

LA FRONTIÈRE DE TOUS LES

1970 Des milliers de Palestiniens sont massacrés en Jordanie à la suite d'une tentative de coup d'État. Les survivants fuient au Liban.

1975 Le Liban sombre dans la guerre civile.

1978 L'armée israélienne occupe brièvement le sud du Liban.

1982 En juin, Israël lance l'opération Paix en Galilée, forçant 10 000 combattants palestiniens et leur chef Yasser Arafat à fuir Beyrouth.

► Un millier de réfugiés palestiniens sont massacrés dans les camps de Sabra et Chatila par des milices libanaises, avec la participation indirecte des troupes israéliennes, menées par Ariel Sharon.

► Le Hezbollah, « Parti de Dieu », voit le jour. Il veut chasser Israël du Liban.

1987 La Syrie entre en jeu au Liban où elle déploie ses soldats pour apaiser la guerre civile.

1990 Fin de la guerre civile. Le Hezbollah garde les armes et s'installe dans le sud du Liban.

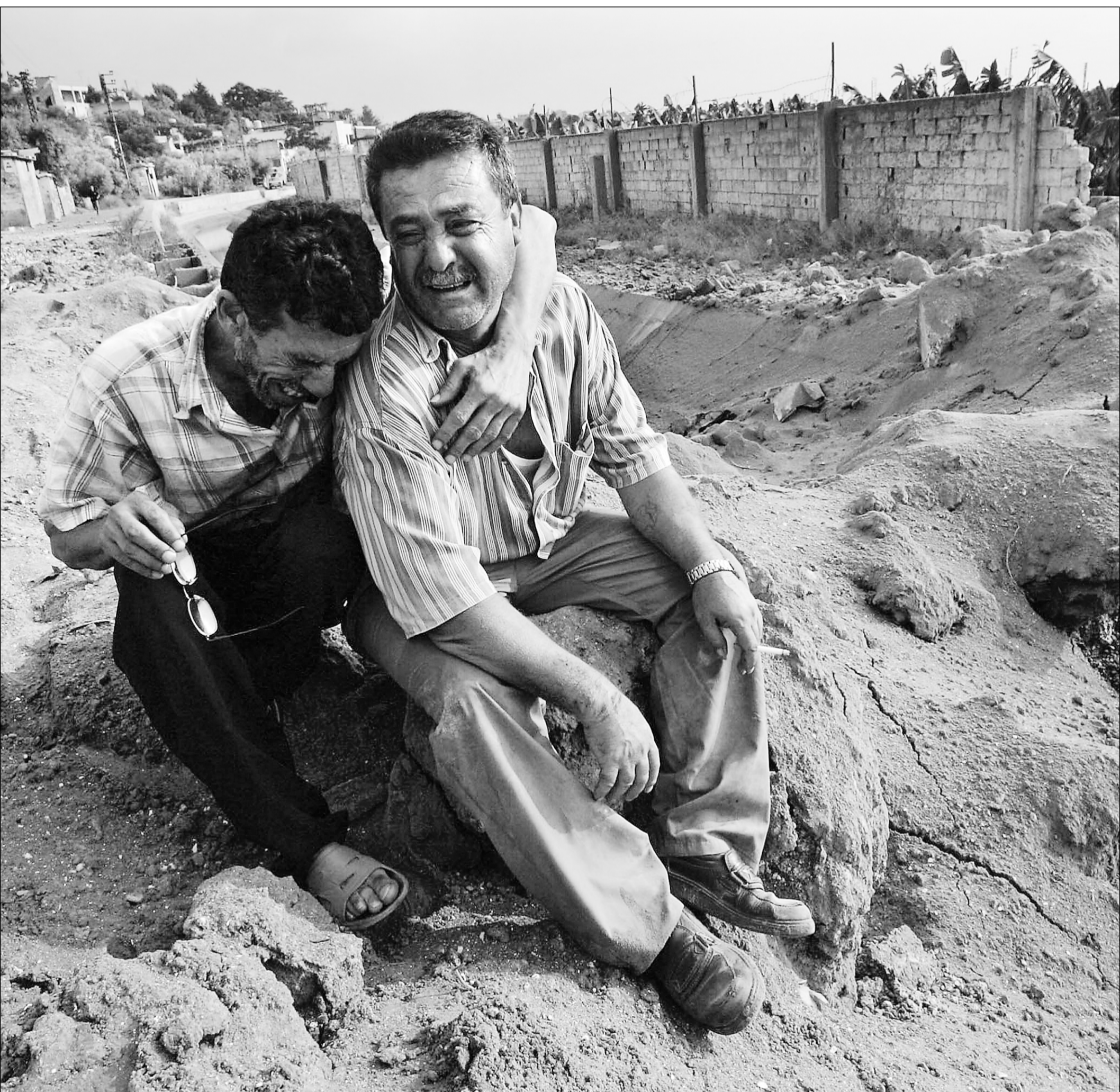
1992 Le cheikh Abbas Moussaoui, chef du Hezbollah, est abattu par une roquette israélienne.

1993 Israël lance l'opération Justice rendue en représailles à des tirs de roquettes du Hezbollah.

1996 Israël lance l'opération Raisins de la colère en représailles à d'autres attaques du Hezbollah.

Mai
2000 Israël se retire du Liban sous la pression du Hezbollah et de son opinion publique.

12 juillet
2006 Le Hezbollah enlève deux soldats en Israël, qui réagit par une offensive massive.



Deux hommes se lamentent près d'un cratère laissé par une bombe à Tyr, dans le sud du Liban.

PHOTO TYLER HICKS, THE NEW YORK TIMES

Pourquoi maintenant?

POURQUOI

suite de la page 1

La Syrie finit par se retirer du Liban – mais les forces d'opposition ont de la peine à s'imposer au Parlement. Le pays n'est pas uni. Les chiïtes restent à l'écart de la nouvelle coalition. Le Hezbollah voit partir avec regret le parrain syrien. Et si maintenant Beyrouth lui demandait de rendre les armes?

Pour l'analyste québécois Sami Aoun, la Syrie, qui n'a toujours pas digéré son départ obligé du Liban, pourrait bien vouloir tirer profit d'une déstabilisation de ce pays. Bénéfice supplémentaire: Damas ne veut rien savoir du tribunal international qui doit bientôt juger les responsables du meurtre de Rafik Hariri. Surtout

que ce procès risque de mettre les projecteurs sur son propre rôle dans cet assassinat...

L'autre parrain

Une autre thèse met en scène un autre pays, qui a lui aussi des liens avec le Hezbollah. C'est l'Iran.

Washington refuse toute négociation avec ceux à qui il attribue le rôle de « méchants », tout en donnant carte blanche à Israël.

Le président Mahmoud Ahmadinejad veut poursuivre son programme nucléaire. En embrasant la région, il réussirait à la fois à détourner l'attention du monde du dossier nucléaire et à montrer les dégâts qu'il est capable de causer, si jamais on décidait de trop lui serrer la vis.

La thèse est plausible, selon M^{me} Zahar. Mais selon elle, la crise actuelle tire son origine de tout un contexte régional. Les régimes syrien et iranien se sont radicalisés ces dernières années, notamment parce que Washington les a associés au fameux « axe du mal », coupant

l'herbe sous le pied des modérés, dit-elle.

Radicalisation, aussi, du côté palestinien, où le Hamas, mouvement islamiste qui a organisé des dizaines d'attentats terroristes en Israël, obtient la majorité aux législatives de janvier 2006.

Et radicalisation, enfin, du côté israélien – où un gouvernement qui se faisait reprocher son manque d'expérience militaire devait réagir à cette attaque à l'intérieur de ses frontières. « Pour le gouvernement Olmert, c'était une question de survie », note l'historien et ancien ambas-

sadeur israélien en France, Elie Barnavi.

En filigrane, il y a aussi un grand absent, croit Robert Malley, ancien conseiller de Bill Clinton pour le Proche-Orient et analyste de l'International Crisis Group. Cet absent, souligne-t-il dans le magazine *TIME*, c'est Washing-

ton, qui refuse toute négociation avec ceux à qui il attribue le rôle de « méchants », tout en donnant carte blanche à Israël.

Aucun de ces facteurs n'explique entièrement la folie meurtrière qui est en train d'emporter le Proche-Orient. Il se peut, d'ailleurs, qu'Israël ait sous-estimé la force des milices libanaises. Ou que le Hezbollah ait cru, à tort, qu'Israël était trop occupé à Gaza pour se lancer dans une offensive majeure sur un deuxième front.

Reste que tous ces facteurs, erreurs de calcul comprises, se sont unis pour propulser Israël et le Hezbollah dans une guerre à finir.

Les pronostics? Plutôt sombres. « Nous avons déjà vu ce scénario, constate avec amertume M^{me} Zahar. Chaque fois, les extrémistes en sortent renforcés. »

DANGERS

Le Liban, c'est :

- > Un pays de 10 000 km².
- > 3,7 millions d'habitants.
- > 45% de musulmans chiïtes, 10% de musulmans sunnites, 8% de musulmans druzes et 25% de maronites (catholiques non romains).
- > 60% des Libanais sont musulmans, 39% sont chrétiens.
- > 95% des Libanais sont arabes.
- > Un PNB par habitant de 6200\$US.

Israël, c'est :

- > Un territoire de 20 000 km².
- > 6,3 millions d'habitants.
- > 80% des Israéliens sont juifs, près de 20% sont arabes, en grande majorité des Palestiniens de confession musulmane sunnite.
- > Un PNB par habitant de 24 600\$US.



L'homme qui défie Israël

AGNÈS GRUDA

Dans les tracts lancés sur les villes libanaises par l'aviation israélienne, on voit un visage rond et barbu, barré par des lunettes à monture sombre, dont le corps se prolonge tel un serpent déroulant ses anneaux jusqu'à Beyrouth.

« Doux en apparence, venimeux en réalité » : voilà comment la propagande israélienne décrit le chef du Hezbollah, l'imam chiïte Hassan Nasrallah.

Au Liban, les avis sont partagés sur cet homme qui détient le titre de sayyed – selon la tradition chiïte, un descendant direct de Mahomet.

Comme son mouvement, le Hezbollah, Hassan Nasrallah suscite la controverse. De nombreux chrétiens et des musulmans sunnites ont peur de son radicalisme et lui reprochent d'avoir amorcé une flambée meurtrière. D'autres, surtout des chiïtes, le voient comme un héros national, l'homme qui tient tête à Israël. Mais tous s'entendent sur une chose : Hassan Nasrallah est doué d'un charisme exceptionnel.

« Il sait comment s'adresser à une foule, il a une maîtrise exceptionnelle de la langue, ce n'est pas un populiste creux, ni un illuminé comme le président iranien Mahmoud Ahmadinejad », dit l'analyste québécois d'origine libanaise Sami Aoun.

L'aile dure

Le cheikh Nasrallah est né il y a 46 ans à Bassouniyeh, dans le sud du Liban. Il a été formé dans les mosquées chiïtes de Nadjaf, en Irak. Peut-être aussi à Qom, en Iran – mais c'est moins sûr.

Il a d'abord milité au sein d'Amal, la milice chiïte impliquée dans la guerre civile. Puis il a rejoint le Hezbollah, ce mouvement chiïte qui ne s'était pas compromis dans la guerre civile.

Nasrallah a mené une vie discrète, prêchant dans une grande mosquée de Beyrouth, jusqu'à

Nasrallah a mené une vie discrète, prêchant dans une grande mosquée de Beyrouth, jusqu'à l'assassinat d'Abbas Moussaoui, qu'il a remplacé en 1992 à la tête du Parti de Dieu.

l'assassinat d'Abbas Moussaoui, qu'il a remplacé en 1992 à la tête du Parti de Dieu.

Selon Marie-Joëlle Zahar, ce mouvement a longtemps été composé de deux grandes tendances : l'aile nationaliste, peu intéressée à jouer un rôle international, et une aile plus radicale, qui voulait poursuivre la lutte armée même



Le cheikh Hassan Nasrallah : Dieu et les armes.

après le retrait israélien. Avec son visage poupin, parfois traversé d'une lueur ironique, Nasrallah appartient à la tendance dure. Et il rejette sans la moindre nuance l'idée d'une coexistence pacifique de deux pays : la Palestine et Israël.

Pendant des années, Nasrallah a vécu dans l'ombre, entouré de gardes du corps. Marié, père de quatre enfants, il perd son fils Hadi en 1997, dans une attaque anti-israélienne. La légende veut qu'il n'ait pas versé une seule larme en apprenant la nouvelle. Et qu'il ait continué sa journée comme si de rien n'était.

entendait par là qu'il s'agissait d'une construction complexe et élégante, mais facile à déchirer d'un seul coup de main. Ce que le Hezbollah a tenté de faire le 12 juillet, en envoyant ses soldats attaquer un convoi militaire israélien. Mais la toile d'araignée résiste peut-être plus fort qu'il ne l'avait imaginé...

Après le retrait israélien du sud du Liban, Nasrallah a adopté une stratégie attentiste, jouant la carte de la participation politique (le Hezbollah a deux ministres au gouvernement libanais), tout en gardant le contrôle militaire du sud. Sous sa gouverne, le Hezbollah a amassé un arsenal important : on parle de 10 000 à 15 000 roquettes.

Le cheikh Nasrallah a le sens de la formule. « La société israélienne est faible comme une toile d'araignée », a-t-il dit dans son discours le plus célèbre. Il entendait par là qu'il s'agissait d'une construction complexe et élégante, mais facile à déchirer d'un seul coup de main. Ce que le Hezbollah a tenté de faire le 12 juillet, en envoyant ses soldats attaquer un convoi militaire israélien. Mais la toile d'araignée résiste peut-être plus fort qu'il ne l'avait imaginé...



Poste frontière israélo-libanais près du village israélien de Avivim. La frontière de tous les dangers.

DES OH! ET DES BAH!

La chronique ironique qui voit et entend tout... à sa façon

DES CHIFFRES QUI PARLENT

23 En tonnes, c'est le poids des bombes qui ont été largués en une seule journée, cette semaine, sur un présumé bunker abritant des dirigeants du Hezbollah. Deux jours plus tard, Israël a fait savoir qu'il n'aspire pas à tuer le chef de ce mouvement, le cheikh Hassan Nasrallah. Seulement l'égratigner un peu ?

95% Selon un sondage du quotidien israélien *Maariv*, c'est la proportion d'Israéliens qui juge que la réaction israélienne aux attaques du Hezbollah est justifiée.

78% Taux de popularité du premier ministre Ehoud Olmert, après neuf jours de guerre. Deux semaines plus tôt, c'était 43%.

ICI ET AILLEURS

SAINT-PÉTERSBOURG

Coquin de Bush

La scène se passe lors d'une réunion du G8 à Saint-Petersbourg, le week-end dernier. Les grands de ce monde sont réunis pour discuter de tout ce qui ne va pas sur la planète. Le Liban. Le réchauffement climatique. Bref, pas de quoi rigoler. Tout à coup, George W. Bush se lève de son siège et amorce un mouvement autour de la table. Quand il passe derrière la chancelière allemande Angela Merkel, il ne peut résister à la tentation et lui masse les épaules. Pas longtemps : le langage corporel de M^{me} Merkel est clair et George doit poursuivre son chemin. Yo, Angela, relaxe un peu, quoi.

(Pour voir la scène captée sur vidéo : <http://www.bild.t-online.de/BTO/news/aktuell/2006/07/18/merkel-bush-liebes-attaque/merkel-bush-liebes-attaque.html>)

PLANÈTE TERRE

Miss Paix

Cessez-le-feu ? Force internationale ?

— Les participantes au concours Miss Univers ont leurs propres moyens pour venir à bout de la guerre au Liban. « Miss Israël et Miss Liban peuvent donner l'exemple parce que ce sont de grandes amies » a souligné cette semaine Miss Canada. On se demande ce qu'en dirait Miss Hezbollah.

ILS ET ELLES ONT DIT...

Précis

« Je ne qualifierais pas la situation en Irak de guerre civile pour la simple raison que de larges parties du pays ne sont pas en proie à la même violence. »

— Le porte-parole de la Maison-Blanche, TONY SNOW, au sujet de la situation en Irak.

Curieux



« Avez-vous leur numéro de téléphone ? »

— Le ministre des Affaires étrangères Peter Mackay lorsqu'un journaliste de CBC lui a demandé s'il allait entrer en contact avec la famille El-Akhras qui a perdu ses proches au Liban.

Peter Mackay

PHOTO PATRICK DOYLE, CP

Informatif

M. Mackay est à la barre de son Ministère.

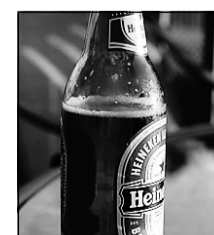
— LAWRENCE CANNON, ministre des Transports, des infrastructures et des Collectivités, qui a représenté le ministre des Affaires étrangères auprès des médias francophones en pleine crise libanaise. Yo, Cannon. Nous voilà rassurés.

Convivial

« Yo, Blair »

— Le président GEORGE W. BUSH appelant son collègue britannique alors qu'il se croyait à l'abri des micros. Il a aussi dit « * ». Bon OK, on va le dire. « *Shit*. » Mais ne le répétez pas aux enfants.

EN HAUSSE... EN BAISSÉ



» LA HEINEKEN

Un Québécois a pu faire rapatrier sa femme et ses enfants par KLM, grâce à l'ambassade des Pays-Bas. Le mot magique ? « Mon beau-frère travaille chez Heineken. »



» LAWRENCE CANNON

Il fallait le voir au bulletin de nouvelles en train d'expliquer que « les gens du ministère des Affaires étrangères ont déjà déployé des mesures en ce sens », lorsque Céline Galipeau lui demandait s'il allait contacter la famille El-Akhras. Ça ne vous est pas venu à l'esprit, M. Cannon, de déployer un tout petit peu de chaleur humaine ?

PHOTO CP

ACTUEL



PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE ©

Les nageurs de haut niveau, qui fréquentent beaucoup les piscines intérieures, sont davantage susceptibles de souffrir de problèmes respiratoires liés au chlore. Ci-dessus, la nageuse jamaïcaine Aliya Atkinson, lors des Championnats mondiaux de natation, l'été dernier à Montréal.

Le chlore, allié ou ennemi ?

Une bonne trempette, voilà ce qu'il nous faut pour lutter contre la chaleur. Mais avant de plonger nos corps exténués dans la piscine, un doute subsiste.

Le chlore, utile pour lutter contre certaines bactéries, virus et parasites, a aussi des effets irritants. Faut-il s'inquiéter de ses effets secondaires ?

NICOLAS RITOUX
COLLABORATION SPÉCIALE

En 1997, 23 personnes ont souffert d'une grosse conjonctivite après s'être baignées dans une piscine privée à Laval, lors d'une réception. Les propriétaires avaient chauffé l'eau quelques jours plus tôt, sans y ajouter de chlore. Ils s'étaient contentés d'utiliser un algicide, pensant que cela suffirait à garantir la qualité de l'eau.

C'est pour éviter ce genre d'accident qu'il faut absolument chlorer l'eau des piscines. Mais nous entretenons une relation d'amour-haine avec les produits

de chloration. D'un côté, ils éliminent les risques d'infection liés à la baignade en eau stagnante. De l'autre, ils comportent leurs propres risques.

Rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme, disait le sage. Et il est parfois difficile d'enrayer un mal sans en créer un nouveau.

Chaque année, entre 400 et 450 problèmes liés à une exposition aux sous-produits du chlore sont signalés au Centre anti-poison du Québec, selon la pharmacienne Lyse Lefebvre, qui compile les statistiques de l'organisme. « La plupart sont des intoxications mineures, précises-

tes. Il n'y a à peu près pas eu d'intoxication grave. »

Erreurs de manipulation

Quinze cas d'intoxications aiguës au chlore ont été signalés dans les piscines intérieures du Québec entre 1994 et 1999, selon une étude réalisée par Marion Schnebelen de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ). Quarante-sept pour cent d'entre eux sont survenus

Schnebelen. « Lors de la réaction, le chlore est expulsé du liquide sous forme de gaz plus dense que l'air, humide, agressif et corrosif. Ce type de mélange produit un composé appelé dichlore, dont l'inhalation peut provoquer de graves troubles physiques. Il suffit de savoir que le dichlore a été utilisé comme gaz de combat pendant la Première Guerre mondiale pour se rendre compte de son degré de toxicité. »

« Les nageurs actifs, surtout dans les piscines intérieures, vont ressentir certains effets – yeux qui piquent, nez irrité, toux. »

dans des piscines municipales, 35% dans des écoles et 18% dans des hôtels. Dans la moitié des cas, les intoxications étaient causées par des erreurs de manipulation de la part des techniciens.

« Les accidents impliquant le chlore des piscines découlent généralement du contact de l'hypochlorite de sodium avec une solution acide », rapporte M^{me}

Les symptômes qui s'ensuivent incluent l'irritation des muqueuses, la toux, l'essoufflement, le serrement à la poitrine, la suffocation, les maux de tête, la nausée et le vomissement.

« Le genre d'appel que l'on a, c'est souvent des gens qui se mettent la face dans leur chaudière de chlore », indique le D^r René Blais, directeur médical

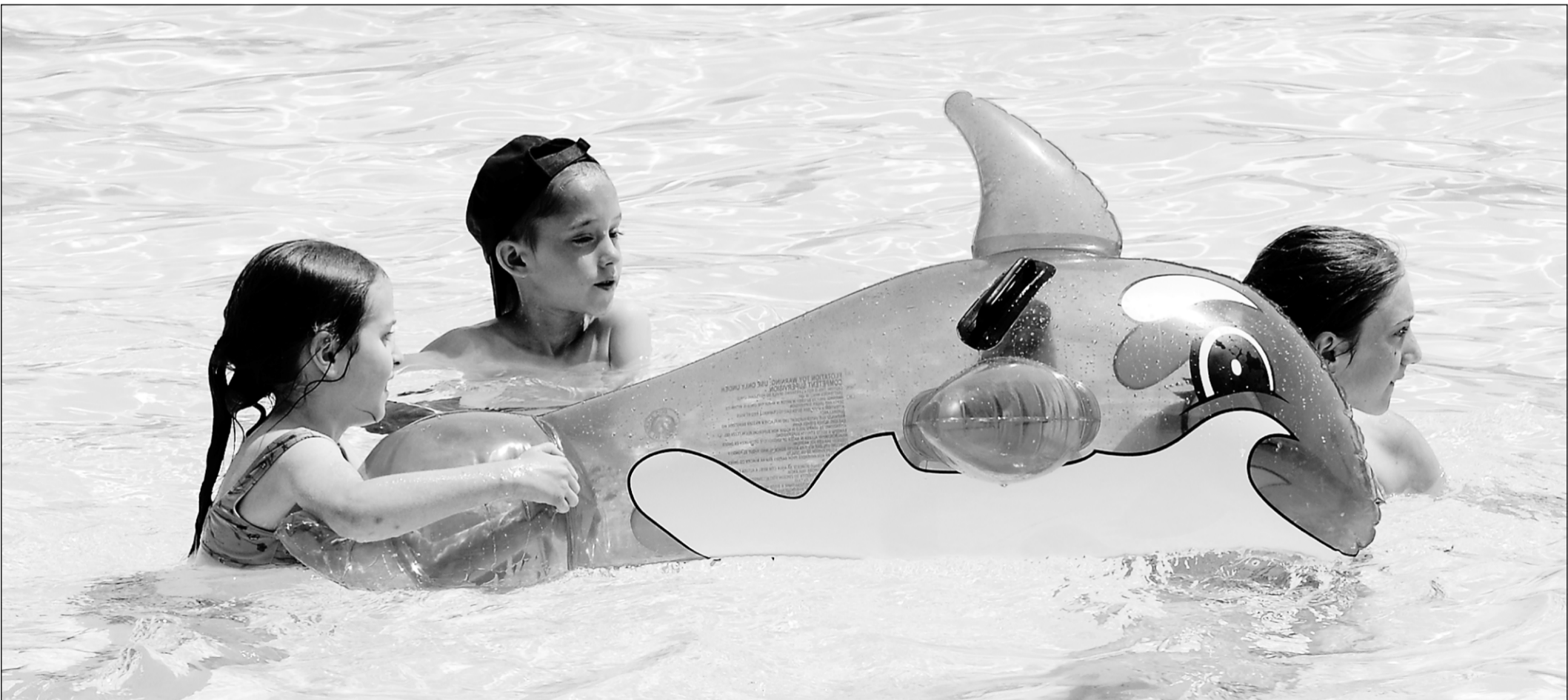
du Centre anti-poison. « Si la personne a déjà des problèmes respiratoires, ça peut aggraver sa condition. Mais les gens vont généralement tousser pendant quelques minutes, et ça va passer. »

Réactions en chaîne

Pour le commun des baigneurs, le danger vient souvent de la réaction des produits de chloration avec les éléments organiques qu'ils apportent eux-mêmes dans l'eau des piscines.

« Les baigneurs apportent des composés azotés, comme la sueur, les squames de peau ou l'urine. Ceux-ci réagissent avec l'hypochlorite de sodium utilisé pour désinfecter l'eau », explique le D^r Benoît Lévesque de l'INSPQ. « Le produit de cette réaction, ce sont les chloramines, qui sont des irritants au niveau respiratoire. Les nageurs actifs, surtout dans les piscines intérieures, vont ressentir certains effets – yeux qui piquent, nez irrité, toux. »

► Voir **CHLORE** en page B5



Le temps chaud incite à la baignade, comme ici à la piscine de l'Île-Sainte-Hélène.

PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE ©

Le chlore qui se boit

NICOLAS RITOUX
COLLABORATION SPÉCIALE

Il n'y a pas que l'eau dans laquelle on se baigne qui doit subir une chloration; c'est aussi le cas de l'eau du robinet. Même si les doses sont beaucoup plus faibles, quelques risques sont à signaler.

Là, ce ne sont plus les chloramines qui posent des risques, mais un autre dérivé des produits de chloration, les trihalométhanes, que des études épidémiologiques ont reliés à la formation du cancer de la vessie et du colon.

« Quand le chlore entre en contact avec la matière organique, il y a formation de trihalométhanes », explique Annie Saint-Pierre, une chercheuse qui a fait sa thèse de doctorat sur la question à l'Université de Montréal. « Le chlore est un gaz réactif qui réagit avec tout ce qu'il rencontre, comme les feuilles mortes ou les déchets humains. Il se forme alors des sous-produits; il en

existe des milliers, mais ceux qui nous préoccupent le plus sont les trihalométhanes. »

Cela dit, notre eau potable est généralement exempte à ce titre. Les taux relevés au Canada sont en-dessous des normes environnementales requises.

« Les gens qui tentent de déboucher leur évier ou leur toilette mélangent parfois différents produits, mais cela peut se retourner contre eux. »

Dans le doute, si on veut se prémunir contre ces composés, un seul conseil: faire reposer l'eau du robinet dans un contenant. « Quand l'eau s'aère, les trihalométhanes s'évaporent assez rapidement », dit M^{me} Saint-Pierre. Selon elle, même

si l'évaporation peut se produire à travers un bouchon en plastique, le meilleur contenant est un pot à jus qui laisse une légère ouverture.

Gare aux mélanges

Chaque année, plus d'une centaine de personnes contactent le Centre anti-poison après avoir mélangé un produit de débouchage d'évier avec de l'eau de javel ou de l'ammoniaque.

À première vue, conjuguer la puissance de ces produits pour déboucher une canalisation peut paraître une bonne idée. Mais c'est la pire qui soit, car le mélange produit une émanation de dérivés toxiques du chlore. « Les gens qui tentent de déboucher leur évier ou leur toilette mélangent parfois différents produits, mais cela peut se retourner contre eux », explique le D^r René Blais du Centre anti-poison du Québec. « La plupart du temps, ça provoque des irritations qu'on va rapidement surmonter », indique-t-il. Mais les personnes à risque doivent particulièrement se méfier de ces mélanges.

Il cite le cas d'une occupant d'une résidence pour personnes âgées qui a mis de l'eau de javel dans un contenant de débouche-tuyaux. « Il est arrivé bleu à l'hôpital. Il est malheureusement décédé. Il avait déjà des problèmes d'emphyseme et il n'avait pas assez de marge de manoeuvre au niveau pulmonaire. »



PHOTO IVANOH DEMERS, LA PRESSE ©

La chercheuse Annie Saint-Pierre recommande de faire reposer l'eau du robinet dans un contenant. « Quand l'eau s'aère, les trihalométhanes s'évaporent assez rapidement », explique-t-elle.

Le chlore, allié ou ennemi?

CHLORE

suite de la page B4

Le chercheur a réalisé récemment une étude portant sur 305 jeunes nageurs de compétition de la région de Québec. En les comparant à 499 joueurs de soccer, il a constaté que les nageurs présentaient davantage de problèmes respiratoires et oculaires, mais pas plus de cas d'asthme diagnostiqués.

Comment diminuer la quantité de chloramines dans l'eau? En incitant tout le monde à prendre

« Les bienfaits de la chloration de l'eau pour éviter les infections restent plus importants que les risques qui y sont associés. »

une bonne douche avant de plonger. Et en s'assurant d'avoir une ventilation adéquate, dans le cas des piscines intérieures. M. Lévesque, pour sa part, ne serait pas contre le retour du casque de bain.

Cela dit, les effets de ces problèmes respiratoires sont peu durables et affectent surtout les grands nageurs. M. Lévesque cite une étude finlandaise portant sur les effets des chloramines sur l'équipe olympique nationale de natation. « Les nageurs développaient une hyper-réactivité bronchique;

dans des tests avec des produits qui font contracter les bronches, comme ceux que l'on fait passer aux asthmatiques, ils réagissaient davantage que le groupe témoin. Mais ceux qui ont arrêté de nager n'avaient plus ce problème après quelque temps, donc c'est apparemment réversible. »

« Le pire qui peut arriver, c'est une irritation du point de vue des muqueuses, de la toux, ou même de l'insuffisance respiratoire. Il faut vite sortir de la piscine si on ressent ces symptômes, et avertir les responsables », prévient M. Lévesque.

Les personnes les plus sensibles du point de vue respiratoire, comme les asthmatiques, ne devraient pas avoir peur des chloramines si leur piscine est bien entretenue. « Ce n'est pas le meilleur endroit où envoyer des asthmatiques pour se soulager (des symptômes de l'asthme), précise M. Lévesque. Mais si la qualité de l'air est bien gérée, si la chloration est effectuée par du personnel compétent, et si la ventilation est efficace, alors il n'y a pas de contre-indication. »

Les piscines intérieures plus à risque

Selon une étude réalisée dans 21 pays d'Europe sur 190 000 enfants de 13 à 14 ans, les problèmes respiratoires sont plus courants dans les zones où l'on retrouve davantage de piscines intérieures. Son auteur, le professeur Alfred Bernard, de l'Université catholique de Louvain, recommande de ne pas amener les enfants de moins de deux ans à la piscine s'il y a des cas d'asthme dans leur famille, selon une entrevue accordée au quotidien *The Times*.

« Les bienfaits de la chloration de l'eau pour éviter les infections restent plus importants que les risques qui y sont associés », rappelle le D^r Lévesque. « Mais il faut maintenir la concentration de ces produits au minimum, selon les normes en vigueur. Si on respecte les normes, les risques restent très faibles. »

Alors peut-on barboter en toute quiétude dans les piscines extérieures? Certains dérivés du chlore peuvent dessécher la peau, surtout si on a déjà des problèmes d'eczéma. Mais il n'y a pas vraiment pas lieu de s'inquiéter si la chloration est effectuée dans les règles de l'art, estime le D^r Benoît Lévesque.

BULLETIN DE SANTÉ

LE CHIFFRE DE LA SEMAINE

2 Deux fois plus à risque. Les adolescentes obèses sont deux fois plus à risque de mourir prématurément que ne le sont les jeunes femmes plus minces. On savait déjà que le surpoids était néfaste pour la santé. Voilà qu'une étude publiée cette semaine dans le journal *Annals of Internal Medicine* démontre qu'il peut aussi être fatal. Des chercheurs de l'École de santé publique de Harvard ont analysé pendant 12 ans les courbes de poids de 102 400 infirmières de 24 à 44 ans, en commençant par leur poids estimé à 18 ans. Pendant la période d'observation, 710 femmes sont mortes. Les femmes qui affichaient un léger surpoids à 18 ans étaient plus à risque de mourir prématurément. Celles qui étaient obèses l'étaient même deux fois plus que les autres.

LA CITATION DE LA SEMAINE

« Même si vous avez été inactif toute votre vie, il n'est jamais trop tard pour commencer. »

Goya Wannamethee, médecin au Royal Free and University College Medical School de Londres, commentant une étude démontrant le bénéfice de l'activité physique, même commencée sur le tard. L'étude en question, publiée cette semaine dans le journal *Heart*, démontre que même en ne commençant qu'une fois la quarantaine bien entamée, les bénéfices de l'activité physique sont bien réels: à 65 ans, les risques de souffrir de maladies du cœur sont de 55% moindres (alors que si vous avez été actifs toute votre vie, ils ne sont que de 60% moindres). L'étude ne dit malheureusement pas quel genre d'activités physiques préconiser. D'autres recherches du genre suggèrent toutefois que même des exercices faibles à modérés (une marche, à un rythme soutenu, sans nécessairement courir) seraient bénéfiques.

LA SANTÉ DANS LES MÉDIAS

Si vous ne le connaissez pas encore, c'est le moment ou jamais. Celui qui s'appelait à l'origine le Protestant Hospital for the Insane, aujourd'hui mieux connu sous le nom d'hôpital Douglas, a 125 ans. Pour l'occasion, un site Internet commémoratif a été mis en ligne. Le site propose une série d'anecdotes historiques, des témoignages de personnes luttant au jour le jour contre les tabous associés aux maladies mentales ainsi qu'une visite virtuelle de l'hôpital. www.douglas125.qc.ca

J'AI TESTÉ

Crème de jour

La ligne Mypa, une nouvelle ligne européenne, en pharmacie au Québec depuis peu, offre une foule de produits à base d'aloès. Cette crème de jour pour le visage est étonnamment fraîche, douce et parfumée. Elle pénètre la peau rapidement, la laissant franchement apaisée. Idéal pour nourrir une peau asséchée, malmenée par un soleil parfois franchement agressant.

12,95 \$, en vente en pharmacie.



J'AI LU

Arrêter de fumer

Tout le monde sait qu'il vaudrait mieux arrêter. Seulement voilà, parfois, la cigarette est aussi un coupe-faim ou un coupe-stress. Et bien des fumeurs craignent de prendre quelques vilains kilos en se pliant enfin à leur bonne résolution santé. Voilà qu'un livre ingénieux vient d'arriver en librairie: *J'arrête de fumer sans prendre un gramme*, publié chez Hachette. S'adressant essentiellement à un public féminin, il est coloré, court et facile à lire, allant directement à l'essentiel: on propose des trucs pour se motiver, mieux manger, et résister au stress et aux fringales. Pour décompresser, au lieu d'en fumer une, on suggère ici le yoga, la relaxation, ou encore... le rire! À tester.

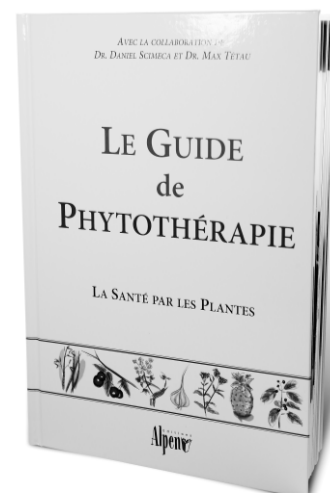
8,95 \$, en vente en librairie.



La santé par les plantes

Il n'est pas toujours nécessaire de passer par des pilules pour soigner ses petits maux. Certaines plantes possèdent des vertus thérapeutiques qui vous sont peut-être méconnues, et qui pourraient néanmoins vous soulager. Ce nouveau *Guide de phytothérapie*, publié aux éditions Alpen, est un véritable dictionnaire des plantes. Divisé en deux, la première section passe en revue la majorité des plantes médicinales (de l'ail à la vigne rouge), avec descriptions et bienfaits divers; la seconde partie, elle, répertorie les maux les plus courants (de l'acné au zona), en rappelant le traitement classique (lire médical) et en suggérant le traitement de remplacement par les plantes.

29,95 \$, en vente en librairie.



LA PERSONNALITÉ DE LA SEMAINE

LA PRESSE
Radio-Canada

ENCORE PLUS
QUE DU TALENT,
DE L'INTELLIGENCE,
MÊME DU GÉNIE,
L'EXCELLENCE
NAÎT DE L'EFFORT

RETROUVEZ LA PERSONNALITÉ DE LA SEMAINE SUR LES ONDES DE RADIO CANADA

Alain Brunet

Qu'est-ce qui réunit, au-delà de l'âge et des circonstances, un soldat qui pleure, un jeune pompier hagard, un enfant agressé, un accidenté de la route désorienté? Les cauchemars. De jour, de nuit. Et le risque de développer un TSPT : trouble de stress post-traumatique. Ce trouble est une souffrance véritable, un compagnon contrôlant, un empêchement de vivre. Qui peut aller jusqu'à faire mourir. Les symptômes de traumatisme normal durent quelques jours, voire quelques semaines. Un certain nombre de personnes traumatisées ne vont pas s'en sortir. Chez celles-là, la maladie s'installe alors à demeure.



PHOTO PATRICK SANFAÇON, LA PRESSE. ©



La vie nous mène en des lieux inattendus. Mes expériences multiples m'ont transformé, développé.



gie, de l'environnement, des hormones, de la neurobiologie. « Ça demande beaucoup de connaissances, impossibles à un seul homme. » Et même si c'est lui qui coordonne le programme de recherche, sa modestie l'emporte lorsqu'il parle de ses collègues. « Je suis honoré de côtoyer d'aussi grands cerveaux! »

Un peu brouillon

Il raconte en rougissant qu'il a perdu deux paires de chaussures cette année! Il avoue ainsi sa distraction proverbiale et sa crainte constante « d'oublier quelque chose d'important ».

Né à Montréal, ses parents tous deux actifs dans les médias, il est enfant unique. Ses études au secondaire ont connu quelques ratés. « Je n'aimais ni les sciences ni les mathématiques... Et maintenant j'en fais tout le temps », dit-il en riant. Pas très studieux, mais curieux de tout. Dans sa prime jeunesse, il rêvait de devenir chauffeur d'autobus. Ironie: sa thèse de doctorat a porté sur les traumatismes chez les chauffeurs... d'autobus.

« Il ne faut pas oublier qu'il y a tous les jours des gens qui subissent des traumatismes. » Des centaines par jour, si on se fie à la longue liste des faits divers et des accidents. C'est la raison pour laquelle il travaille en étroite collaboration avec les urgences, car c'est dès ce moment et pour une période d'au moins un an qu'il tente d'identifier les facteurs présents avant, pendant et après l'événement traumatisant. Le chercheur a même élaboré un programme d'intervention précoce afin de prévenir si possible l'apparition du TSPT. Avec son équipe, il explore entre autre le rôle de la détresse péritraumatique dans le dérèglement de l'axe corticotrope, le lien entre le TSPT et le volume hippocampique impliqué dans le processus d'apprentissage et de la mémoire.

Bref, après ses études collégiales, il a pris trois années de répit avant de revenir à l'Université Concordia, arpentant le vaste monde, voulant le sauver. « J'ai un côté missionnaire », reconnaît-il.

À 42 ans, il mesure le chemin parcouru et tout en jetant un regard paternel nouveau sur sa petite Marie-Lou, 4 mois, il tient à rassurer les parents dont les enfants ne suivent pas les voies tracées d'avance. « La vie nous mène en des lieux inattendus. Mes expériences multiples m'ont transformé, développé. Vous voyez j'ai même surmonté ma phobie des maths! »

ANNE RICHER

Le professeur Alain Brunet, attaché au Centre de recherche de l'hôpital Douglas, professeur au département de psychiatrie de l'Université McGill, coordonnateur du programme de recherche et de sensibilisation du Centre national des traumatismes liés au stress opérationnel (TSO) à l'hôpital Sainte-Anne, à Sainte-Anne-de-Bellevue, consacre le plus fort de son temps et de son énergie de jeune chercheur à comprendre, à expliquer, à tenter d'apporter du secours, à soigner.

Le TSPT n'est pas simple. L'ennemi est sournois. Et peut attaquer n'importe qui. Ça n'arrive pas qu'aux autres.

Par ses recherches, par ses découvertes, notamment celle de l'efficacité d'un médicament, le propranolol, Alain Brunet ouvre des voies jusqu'alors inexplorées. En 2003 il a reçu le prix Pfizer-Heinz Lehmann. Dans son numéro de juillet, le magazine *Maclean's* le place parmi les 39 Canadiens qui font de ce monde un meilleur endroit où vivre. *La Presse* et Radio-Canada lui accordent le titre de Personnalité de la semaine.

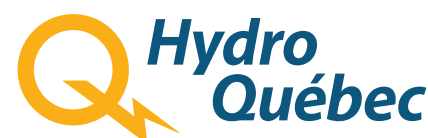
Polytechnique

Il avait 25 ans lorsqu'est survenue la tragédie de l'École polytechnique. Alain Brunet était alors encore indécis quant à l'orientation de sa carrière, mais cet événement a été déterminant pour lui. En tant que psychologue clinicien, il faisait de l'intervention de crise, et l'événement tragique l'a « frappé par sa désorganisation ».

Il existait peu de connaissances en traumatismes à l'époque. Après son doctorat, il est allé trois ans en Californie, rencontrer des équipes d'experts. À son retour les portes s'ouvraient devant lui. « J'ai découvert un domaine intellectuellement passionnant et utile. » La recherche, qui le séduisait peu ou pas du tout à cette époque, lui livre ses meilleurs atouts: « Au mieux sur le terrain, on peut aider quelques personnes. Mais avec la recherche, on peut en aider des milliers. »

C'est avec sa science certes, mais sa sensibilité et sa créativité même qu'il investit un monde qui n'a pas, et de loin, encore livré tous ses secrets. « Je m'intéresse à l'expérience des gens, à leur souffrance. »

Le TSPT tient à la fois de la psycholo-



RETROUVEZ LA PERSONNALITÉ DE LA SEMAINE LA PRESSE/RADIO-CANADA

À RADIO-CANADA

AUJOURD'HUI
MATIN EXPRESS

Avec Louis Lemieux

SAMEDI ET DIMANCHE 6h À 10h
ENTREVUE AVEC LA PERSONNALITÉ: 9h40



DEMAIN MATIN
C'EST BIEN MEILLEUR LE MATIN

Avec Franco Nuovo

DU LUNDI AU VENDREDI 5h À 9h
ENTREVUE AVEC LA PERSONNALITÉ: 6h40

