

# ACTUEL

# SANTÉ

OXYGÈNE  
À LA FÊTE DES NEIGES  
PAGE 6



DR DANIELLE PERREULT CRAMPES EN MASSE? PAGE 4

# DE LA BÊTE

# À L'HOMME



LILIANNE LACROIX

Le SRAS nous serait venu des civettes chinoises, le sida ou la terrifiante fièvre Ebola nous auraient été transmis par des singes et maintenant la grippe du poulet... Nos amis les animaux seraient-ils devenus une menace pour le genre humain?

Sûrement pas plus qu'avant, estiment les chercheurs.

Il suffit de songer à la grande peste noire. Transmise par les puces de rats, elle a décimé l'Europe au milieu du 14<sup>e</sup> siècle, tuant plus du quart de la population européenne et quelque 13 millions de Chinois. Et plus près de nous, la grippe espagnole de 1918, dont le virus s'est sans doute promené entre le poulet et le porc avant d'atteindre l'homme. En deux ans, ce virus de la grippe espagnole, le plus grand tueur de l'histoire de l'humanité, a éliminé quelque 30 millions d'êtres humains dans le monde, dont près de 14 000 au Québec seulement. La grande différence, c'est que toutes ces victimes des temps passés ont sûrement ignoré le parcours suivi par la maladie et le lien qui les unissait à certains animaux porteurs ou eux-mêmes infectés.

Parce que l'équation était plus évidente, les humains ont toutefois remarqué depuis longtemps la relation entre les animaux infectés (chiens, renards, mouffettes, rats laveurs, etc.) et la menace de transmission de cette terrible maladie qu'est la rage. En revanche, on a longtemps ignoré que les chauves-souris pouvaient elles aussi constituer un vecteur, d'autant plus que leurs victimes ne portaient pas de morsures aussi apparentes et pouvaient même ignorer qu'elles avaient été attaquées, surtout si la morsure s'était produite durant leur sommeil.

### Zoonoses

Qu'elles soient transmises par contact direct ou par l'intermédiaire d'un vecteur comme un moustique (la fièvre jaune passe ainsi du singe à l'homme), toutes ces maladies transmissibles à l'homme à partir d'un animal familier, domestique ou sauvage s'appellent des zoonoses. Les maladies qu'on peut contracter en consommant de la viande contaminée et pas assez cuite (comme la salmonellose) sont plutôt classées dans les toxi-infections alimentaires.

«Les pays où humains et animaux domestiques (poulets, porcs) partagent les mêmes espaces de vie ou les régions où les marchés publics offrent des animaux vivants sont évidemment plus à risque de zoonoses», souligne Martine Boulianne, spécialiste de la production avicole à la faculté de médecine vétérinaire de l'Université de Montréal.

» Voir BÊTE en page 2



PHOTO AP / SUZANNE PLUNKETT ©

Après la rage, le sida, le SRAS et le virus Ebola, la grippe du poulet est une maladie de plus transmise à l'homme par l'animal.



encore PRÉSENTE  
**matte** ★

DERNIÈRE CHANCE DE VOIR LE SPECTACLE DE MARTIN MATTE

**30 janvier 2004**

THÉÂTRE DU CENTRE BELL  
**514.790.1245**  
www.admission.com

# ACTUEL SANTÉ

## LA SANTÉ DANS LES MÉDIAS

Le dernier numéro de *O Magazine* (le mensuel d'Oprah Winfrey), comprend un article inquiétant sur les risques potentiels (et insoupçonnés, des médicaments pour améliorer la fertilité des femmes. Le texte, intitulé « Is this any way to have a baby? », décrit cette lucrative industrie et les dangers, plus ou moins connus, associés aux traitements de fertilité : grossesses ectopiques, grossesses multiples et cancer des ovaires.

## SITE INTERNET DE LA SEMAINE

Ne plus manger de viande est une idée qui vous inspire? Si oui, une visite sur le site [www.vegetarisme.org](http://www.vegetarisme.org) s'impose. On peut échanger avec d'autres herbivores, obtenir des recettes alléchantes et originales ainsi que des informations pertinentes concernant l'alimentation végétarienne et l'ouverture d'établissements végétariens (hôtels, restos...) dans divers pays de la francophonie.

## DÉCOUVERTE

Des recherches récentes fournissent de nouvelles preuves selon lesquelles les femmes qui teignent depuis longtemps leurs cheveux d'une couleur foncée seraient plus exposées au cancer du système lymphatique.

Une étude réalisée auprès de plus de 1300 femmes du Connecticut a démontré que celles qui avaient commencé à teindre leurs cheveux avant 1980 couraient 40 % plus de risques que les autres de contracter cette maladie. Par ailleurs, les risques étaient

présents seulement chez celles qui ont utilisé des teintures permanentes, foncées (brun, rouge et noir) huit fois par année ou plus pendant au moins 25 ans.

Cette étude du Dr Tongzhang Zheng, épidémiologiste de l'Université Yale, suggère l'hypothèse suivante : à la fin des années 1970, les coiffeurs ont cessé d'utiliser des produits à base de charbon et de goudron (prouvés cancérogènes), pour réaliser des colorations foncées.

Sylvie St-Jacques

## RAYON X

Un sondage de la Fondation canadienne pour la recherche capillaire (FCRC), réalisé auprès d'hommes âgés de 41 à 60 ans, révèle que la moitié des Canadiens sont préoccupés par la perte de leurs cheveux.

Ces hommes désirent prendre des mesures pour améliorer leur apparence, soit en perdant du poids, en s'habillant différemment ou en subissant une chirurgie plastique.

Parmi les personnes interviewées, un homme sur huit (13 %)

a utilisé un produit conçu pour prévenir la perte de cheveux. Du nombre, 40 % ont dit avoir essayé un traitement médical dont l'efficacité a été démontrée scientifiquement. Les produits le plus souvent mentionnés sont le finastéride et le minoxidil.

Le sondage révèle également que les hommes préoccupés par leur calvitie sont plus souvent mal à l'aise en public et moins satisfaits de leur apparence physique, qu'ils s'efforcent d'améliorer.

## CITATION DE LA SEMAINE

« Je suis certaine qu'elle savait ce qu'elle faisait, c'est un médecin, après tout. »

— Monique Teasdale, soeur de la défunte chirurgienne Lucille Teasdale, se portant à la défense de la Dr<sup>re</sup> Maria Di Lorenzo de l'hôpital Saint-Justine.

Monique Teasdale a fait un parallèle avec sa soeur, morte du sida, qui, pendant plus de 15 ans, a continué d'exercer sa profession et de sauver les vies de milliers de patients, malgré sa maladie.

# Au Québec, les risques de zoonose sont minces

## BÊTE suite de la page 1

Quand les poulets courent sous la table de cuisine et que les enfants jouent avec les porcs ou la brebis qui vient de mettre bas, les risques d'échanges de matériel génétique entre les virus qui portent les uns et les autres sont plus grands. « C'est encore pire si les animaux familiers ou domestiques peuvent côtoyer les animaux sauvages », souvent porteurs de virus auxquels ils sont eux-mêmes résistants (c'est le cas des canards sauvages, par exemple).

Les contacts beaucoup plus fréquents d'un pays à l'autre, les changements climatiques (qui entraînent des modifications dans l'habitat des animaux sauvages), la déforestation, l'arrivée de l'humain dans des régions autrefois sauvages ou la présence d'animaux sauvages en milieu urbain (écureuils, ratons laveurs...) multiplient toutefois les

risques, souligne Denise Bélanger, professeure à la faculté de médecine vétérinaire de l'Université de Montréal.

### Peu de risques

Au Québec, du moins pour le moment, les risques au quotidien sont assez minces si on prend des mesures sanitaires de base. Mais de temps à autre, des « accidents » se produisent.

Microbiologiste et professeur à la faculté de médecine vétérinaire de l'Université de Montréal, le Dr Robert Higgins rappelle cet épisode de fièvre Q (qui touche les poumons) qui a frappé les clients d'un centre commercial de Beaulieu il y a quelques années, alors qu'une chèvre avait accouché dans la petite ferme de Pâques. « La bactérie, inoffensive pour les animaux mais qui peut affecter l'humain, avait été disséminée par le système de ventilation du centre commercial. Elle est particulièrement présente dans

le lait cru et le placenta des bovins et caprins (on peut aussi la retrouver chez les chats). Depuis cet épisode, on évite de présenter des animaux en gestation dans des endroits publics. »

On se souvient aussi des craintes causées par les tortues à oreilles rouges, qui pouvaient transmettre la salmonellose.

Soulignons que dans le cas des oeufs destinés à la consommation, le Québec possède le seul programme où tous les élevages sont testés à différents stades. Les cas de salmonellose recensés en Grande-Bretagne dans les années 1990 ne pourraient donc se produire ici, même s'il nous prenait l'envie de gôber nos oeufs crus.

De même, la brucellose, par exemple, une fièvre qui affectait surtout les éleveurs de bovins et de porcs ainsi que les vétérinaires, ou la tuberculose bovine, qui pouvait être transmise dans le lait, sont disparues de notre territoire depuis des décennies.



PHOTO REUTERS

Une fillette examine une civette empaillée montrée dans une exposition présentée à Guangzhou, dans le sud de la Chine. La civette, petit mammifère vendu sur les marchés et apprécié pour sa chair en Chine méridionale, est soupçonnée de transmettre le syndrome respiratoire aigu sévère à l'homme.

Aux États-Unis, une fillette de 3 ans du Wisconsin a été infectée récemment par une fièvre d'origine indéterminée après avoir été mordue par un chien de prairie. On a finalement découvert que des chiens de prairie avaient été infectés par certains compagnons domestiques qui avaient voyagé avec un rat géant de Gambie porteur d'un poxvirus (genre variolée). Comme l'histoire nous l'a montré avec la peste et la grippe espagnole, bactéries et virus ont « compris » bien avant nous les avantages de la mondialisation.

### Attention aux parasites

En fait, le principal risque avec les animaux vient souvent des excréments, qui peuvent transmettre diverses maladies. Professeur à l'École vétérinaire de Saint-Hyacinthe, Alain Villeneuve, qui vient de terminer un ouvrage sur les zoonoses parasitaires, nous en donne un exemple : « Un enfant sur quatre pourrait bien avoir été infecté un jour par les larves d'un ver intestinal qu'on peut trouver chez les animaux familiers. Il peut arriver, ra-

rement, que les larves migrent vers l'oeil et la victime éprouvera alors des problèmes de vision. » La victime de toxocarose peut aussi souffrir de toux, d'urticaire, etc.

De la même façon, les femmes enceintes doivent éviter de changer la litière du chat ou de la faire avec précaution, car les selles peuvent contenir le toxoplasme, un parasite susceptible d'affecter le fœtus. Parfois, des plans d'eau contaminés par des animaux sauvages peuvent aussi causer certains problèmes de santé.

Si elle nous procure d'immenses avantages dont il est difficile de se passer, la proximité des animaux comporte aussi certains risques. Mais jamais autant, sans doute, que la présence d'humains mal intentionnés.

Ainsi, on croit trop souvent que notre monde moderne, en même temps qu'il a découvert les micro-organismes, a inventé le concept de guerre bactériologique. Mais déjà, au Moyen-Âge, on mettait les cadavres des pestiférés dans des catapultes pour bombarder les ennemis qu'on espérait infecter !!!

## Promotion Bio Actif Touchez du bois de velours...

Touchez du bois... de velours. Vous venez de choisir le meilleur produit qui soit sur le marché : le bois de velours pur de Méga-Flex. Le bois de velours Méga-Flex est un produit naturel qui provient des bois de wapitis élevés au Québec, dans le même climat et le même environnement que celui où nous vivons.

Le bois de velours, dont la popularité grandit sans cesse chez nous, améliore les performances athlétiques, régénère les tissus cartilagineux, bref, il agit sur la santé en général. Mais en quoi le bois de velours de Méga-Flex vous assure-t-il un rendement supérieur? Parce que ses fabricants ont tout fait pour que le produit soit d'une qualité exceptionnelle.

Méga-Flex s'est engagée par convention, à se procurer exclusivement le bois de velours des membres de l'association des éleveurs de wapitis du Québec. Il est d'ailleurs dûment reconnu par contrat et autorisé par l'Association des éleveurs de wapitis du Québec. Qui plus est, le bois de velours pur Méga-Flex est lyophilisé au Québec, selon une technique de conservation des plus modernes. La lyophilisation, ou déshydratation par sublimation, à basse température sous vide pour assurer une conservation naturelle, est essentielle dans la fabrication du bois de velours. Vous aurez toujours cette certitude avec le bois de velours Méga-Flex.

Afin de s'assurer un contrôle de qualité des plus rigoureux, Méga-Flex fait procéder à des tests en laboratoire pour chaque lot de bois de velours qui est mis en vente. Le directeur de la qualité chez Méga-Flex, bachelier ès sciences, diplômé en pharmacie, procède aux contrôles du produit, et s'assure qu'il soit conforme aux exigences de Méga-Flex, un gage de qualité professionnelle sans concession.

Vous avez l'avantage d'un produit de qualité, entièrement fait et distribué au Québec. C'est pourquoi nous pouvons vous offrir cette garantie. Croyez-nous et utilisez-le en toute confiance.

Montréal : (514) 272-1365 Ligne extérieure : 1 800 272-1365  
Mauricie : (819) 378-7777 Estrie : (819) 823-3322

**ACTUEL**  
magazine

LA VIE  
FORMAT  
MAGAZINE

Tous les samedis dans  
**LA PRESSE**

**PARTONS!**

**VACANCES VOYAGE**

Tous les mercredis  
et samedis dans  
**LA PRESSE**

**De nouvelles menaces**

De temps à autre, une nouvelle menace apparaît : la maladie de Lyme (transmise entre autres par le chevreuil ou le mulot à l'homme par l'entremise d'un insecte) ou le virus du Nil occidental, transporté par les oiseaux et propagé par les moustiques, qui cause un des types d'encéphalite d'origine animale.

Dans la plupart des cas, la transmission de l'animal à l'humain est un « accident » de la nature, soulignent tous les experts, puisque le virus, qui cherche avant tout à se répliquer, se retrouve alors dans un cul-de-sac s'il ne peut se transmettre d'un humain à l'autre.

**POUR SE FAIRE UNE IDÉE**

**LA PRESSE AFFAIRES**

Tous les jours dans **LA PRESSE**

**RONFLEMENT**

CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL

**(514) 327-5060**

TRAITEMENTS AU

**LASER**

PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES  
[www.ronflement.qc.ca](http://www.ronflement.qc.ca)

**Santé**

**PRODUITS ET SERVICES**

**ESTHÉTIQUE ET ÉLECTROLYSE**

**ACADÉMIE ÉDITH SEREI:** Vous voulez des soins en esthétique ou en électrolyse à prix raisonnable? Appelez l'Académie Édith Serei pour vous faire goûter par nos étudiantes. Soins sur rendez-vous seulement. (514) 849-6171.

**PHYSIOTHERAPEUTES**

**LYMPHOEDÈME? ÉPINE LENOIR? VERTIGE?:** Maladie de Peyronie? Étourdissement? Incontinence urinaire? Ça se traite sans douleur! Physio Extra Montréal 514-383-8389, Terrebonne 450-964-5222, Lachenaie 450-964-1740, Laval 450-681-3621, [www.physioextra.ca](http://www.physioextra.ca)

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



Mardi 19 h

# Salées et croquants.

Cultivé et bien élevé

UNE PRÉSENTATION DE LA COOPÉRATIVE FÉDÉRÉE DE QUÉBEC

Les herbes salées du bas du fleuve. Et les légumes bio lacto-fermentés de l'Estrie.



Ça change de la télé

J'AI TESTÉ

SYLVIE ST-JACQUES



Gel douche exfoliant

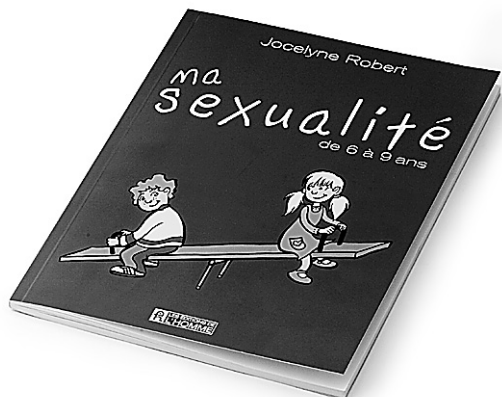
Malgré son contenant qui rappelle les produits de cuisine, ce gel douche aux noyaux d'olive de la gamme Durance en Provence se rapproche davantage du savon que de la vinaigrette! Son odeur, un peu banale, n'est pas désagréable mais rappelle un peu trop celle des shampoings de marque populaire. Et bien qu'il se dise «exfoliant», nous avons déjà vu mieux. S'il ne mousse pas autant que d'autres produits de ce genre, il ne dessèche pas la peau, ce qui est un plus en cette saison où l'épiderme est mis à rude épreuve. (En vente en pharmacie, 12,99\$ pour 250 ml.)



Crème faciale 5% d'urée

Voilà une bonne crème hydratante, qui soigne bien les peaux sèches sensibles au froid. Assez consistante, très émolliente, cette nouvelle crème de marque Eucerin pénètre rapidement la peau sans laisser de résidu gras. Les nez sensibles (et autres allergiques) apprécieront l'absence de parfum. (En vente en pharmacie, 21,99\$ pour 50 ml.)

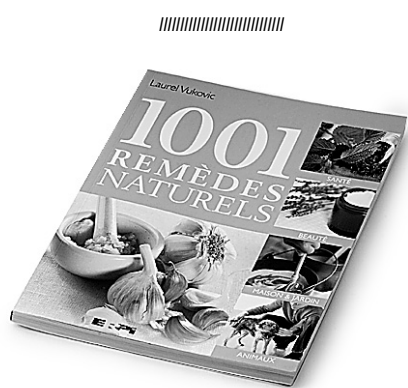
J'AI LU



Ma sexualité de 6 à 9 ans

JOCELYNE ROBERT

Les parents qui ont besoin d'un peu de renfort pour répondre aux interrogations de leurs enfants avides de savoir «d'où viennent les bébés» apprécieront cet ouvrage sympathique et bien conçu sur le plan éducatif. Dans un monde où les enfants sont constamment exposés à des images publicitaires à haute teneur sexuelle, l'auteur de *Full Sexuel* décortique le sujet à l'aide de dessins, de descriptions simples et concrètes, ainsi que de définitions imagées. Le livre incite les enfants à appeler les choses par leur nom, à apprivoiser les sentiments qu'ils aiment et à établir des rapports d'affection qui leur conviennent. Il est dommage que le livre se termine sur le sujet de la menace des grands méchants loups pédophiles. C'est bien d'en parler, mais l'auteur aurait pu clore sur une note plus sereine. (Aux Éditions de l'Homme, en vente en librairie, 12,95\$.)



1001 Remèdes naturels

LAUREL VUKOVIC

Voici un livre de référence intéressant qui répertorie une vaste liste de concoctions naturelles pour soigner divers problèmes physiques (maux de tête, décalage horaire, infections cutanées, peaux difficiles). On y trouve une foule d'informations sur les huiles essentielles, les teintures, les plantes séchées, les infusions, les gélules. En plus des remèdes, on peut aussi y dénicher des recettes sans agent chimique, pour fabriquer des produits de beauté maison, des produits d'entretien ménager et même des mélanges à base de plantes pour soigner nos animaux de compagnie. (Aux éditions DLM, en vente en librairie, 24,95\$.)

ACTUEL SANTÉ

Grippe aviaire ou pas, la consommation de poulet augmentera de 5%

RÉJEAN LACOMBE  
LE SOLEIL

En dépit du fait que les Asiatiques doivent procéder à l'abattage de plusieurs millions de poulets à cause de la grippe aviaire, l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE) prévoit que d'ici 2008, les consommateurs du monde entier feront la fête à ce gallinacé et qu'il sera en grande demande.

La consommation de poulet dans la zone de l'OCDE devrait enregistrer une croissance de 5,2 % entre 2002 et 2008, devançant ainsi la consommation de viandes porcine et bovine.

Mais cette avidité ne propulsera pas au sommet l'industrie avicole du Canada et du Québec. Dans les deux cas, ces industries ne font pas le poids devant les gigantesques chaînes d'élevage que l'on peut trouver aux États-Unis, au Brésil ou ailleurs. En fait, la production canadienne représentait, en 2001, seulement 1 % de la production mondiale.

Quant au Québec, la dernière livraison de *Bio Clips* du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ), souligne qu'avec sa gestion de l'offre, les échanges commerciaux du Québec dans ce secteur ne dépassaient pas les 10 millions en 2002. En plus, la quasi-totalité de ces échanges se font avec les États-Unis.

États-Unis et Brésil

Mais, à la lumière des projections, les spécialistes de l'OCDE croient que les pays qui peuvent répondre à la demande croissante sur le plan international sont les États-Unis et le Brésil. Ils appuient leurs prévisions sur le fait que leur production dépassera leur consommation intérieure.

Les producteurs américains et brésiliens ne partent pas les mains vides, puisqu'en 2001 ils fournissaient respectivement 33 % et 14,3 % des exportations mondiales.

D'ici 2008, bon nombre de pays auront pour le poulet une attention particulière. C'est le cas de l'Argentine, où l'on prévoit que la consommation de volaille par personne fera un bond de 60,6 %. La Chine suit loin derrière avec une croissance de 24,4 %.

En Hongrie, la consommation de poulet par personne devrait progresser de 20,5 %, tandis qu'au Canada, elle devrait faire un saut de 13,2 %. Le Mexique et l'Union européenne ferment la marche avec des augmentations respectives de 10,3 % et de 6,7 %.

Les perspectives de consommation, favorables au secteur de la volaille au détriment des viandes rouges, expliquent les spécialistes, sont attribuables à deux phénomènes : les préoccupations à l'endroit de la santé et le ralentissement de la croissance du revenu par rapport aux années 1990.

Un frein

Malgré cette croissance gigantesque sur le plan mondial, ce sont la Russie et le Japon qui influencent le plus la demande internationale. À l'OCDE, on explique que ces deux puissances produisent à peine la moitié de leur consommation nationale.

« Le marché de la volaille, croient les experts de l'organisation, sera aussi touché par l'évolution de la politique russe qui a fixé, en 2002, les contingents d'importations à un million de tonnes annuellement. Si cette mesure est maintenue, elle touchera les pays exportateurs et les consommateurs russes.

C'est ainsi qu'en 2008 la consommation de volaille dans les pays membres de l'OCDE devrait atteindre 25,8 kg par personne. La consommation de viande porcine ne vient pas loin derrière. Elle devrait atteindre 24,3 kg par personne.

Pour sa part, la consommation de viande bovine enregistre un continu déclin. Entre 1997 et 2001, la consommation moyenne atteignait 16,4 kg par personne. En 2008, elle se retrouvera sous la barre des 16 kilos, avec une consommation moyenne par habitant de 15,9 kg.

Les perdants de cette grande table internationale, ce sont les ovins. Au cours des prochaines années, la consommation de viande de mouton ne connaîtra pas, du moins sur le plan mondial, de croissance. Les experts croient que la consommation moyenne atteindra 1,9 kg par personne.



Une scène des plus ordinaires dans un marché de Hong Kong que ce poulet perché sur les cages sous le regard attentif du vendeur. Un volatile vivant attire mieux la clientèle.

PHOTO BOBBY YIP, REUTERS

Marchés de poulets

Les scientifiques se heurtent à la tradition

MARK McCORD  
AGENCE FRANCE-PRESSE

HONG KONG – L'épizootie de grippe aviaire, qui a tué des millions de poulets et une dizaine de personnes en Asie, relance les accusations d'insalubrité qui pèsent sur les marchés de poulets vivants, mais leur fermeture se heurte à une tradition culturelle jalousement défendue.

En 1997 déjà, lors d'une précédente épizootie qui avait provoqué la mort de six personnes à Hong Kong, l'interdiction de ces marchés publics avait été évoquée.

Mais depuis des générations, les Chinois et nombre de leurs voisins en Asie du Sud-Est ont coutume d'acheter leur poulet vivant et de le faire écarter à même l'égal afin de l'avoir le plus frais possible avant la cuisson. À Hong Kong, une centaine de milliers de poulets vivants sont ainsi vendus chaque jour.

Mais cette méthode accroît les risques de transmission à l'homme d'un virus qui ne

touchait jusqu'alors que les animaux, accusent les scientifiques. Huit personnes sont déjà mortes au Vietnam et deux en Thaïlande. D'autres malades sont suspectés d'avoir été infectés dans ce dernier pays.

Fermer les marchés de poulets vivants?

Fermer les marchés de poulets « est non seulement bon pour se débarrasser de la grippe aviaire mais également pour empêcher la propagation d'autres maladies comme la salmonellose », estime Desmond O'Toole, biologiste à la City University de Hong Kong et fervent partisan de l'interdiction des marchés d'animaux vivants.

L'ancienne colonie britannique est d'autant plus sous pression que la Chine voisine a annoncé la découverte de foyers de grippe du poulet dans trois provinces.

Mais la secrétaire hongkongaise à la Santé, Yeoh Eng-kiang, reste prudente : « Nous allons lancer une consultation pu-

blique et voir ce que la population et les professionnels pensent, avant de faire quoi que ce soit. »

Des milliers d'emplois supprimés

L'interdiction des échoppes à ciel ouvert provoquerait la suppression de milliers d'emplois, notamment dans les 150 fermes d'élevage de poulets que compte Hong Kong, font valoir les professionnels, qui chiffrent à 23 millions de dollars de Hong Kong (3,9 millions de dollars canadiens) par mois les pertes qui seraient ainsi encourues. « C'est une question très controversée et très compliquée », reconnaît M. Yeoh.

En Chine continentale (c'est-à-dire hors de Hong Kong), le ressenti comme des marchés de poulets est ressenti comme un viol culturel. « C'est une part importante de la cuisine chinoise », explique Teddy Leung, gérant du restaurant Spring Moon (Lune de printemps), table hongkongaise réputée pour ses spécialités cantonaises.

## ACTUEL SANTÉ

## Souffrez-vous de crampes?

D<sup>r</sup> DANIELLE PERREAULT

## MÉDECINE

COLLABORATION SPÉCIALE

Il m'arrive d'avoir une crampe dans le mollet durant la nuit. C'est assez facile à régler en tendant le bout du pied vers le haut. Mais il m'arrive maintenant d'avoir, toujours la nuit, une crampe sur le devant de la jambe, le long du tibia. C'est très inconfortable et cela prend quatre ou cinq minutes avant que la crampe ne disparaisse. Quelle en est la cause? Peut-on prévenir ces crampes? Que faire lorsqu'elles surviennent? J'ai 63 ans et je fais assez souvent des travaux de bricolage dans la maison.

GB  
Longueuil

Tous ceux qui ont vécu des crampes musculaires au beau milieu de la nuit savent de quoi on parle ici. Une vive douleur, qui se limite à un groupe de muscles com-

me ceux du mollet ou du pied, vous réveille subitement. On les appelle « les crampes idiopathiques » quand elles ne sont pas associées à une maladie particulière. Certaines personnes ont tendance à en faire dans la vingtaine ou la trentaine, sans qu'on sache trop pourquoi. Parfois, on peut les relier à une plus grande utilisation du muscle le jour précédent. Je me rappelle en avoir eu presque toutes les nuits quand, adolescente, je faisais du ski nautique sur un seul ski. Les crampes apparaissaient toujours dans la jambe qui avait travaillé le plus fort.

Le Dr Pierre Laplante, neurologue à l'hôpital Maisonneuve-Rosemont, conseille à ses patients qui souffrent de ce problème récurrent, d'étirer, une dizaine de fois chaque jour, le groupe de muscles en cause. Il constate une réduction des crampes nocturnes chez plusieurs. Pour le mollet, placez-vous face à un mur à une longueur de bras et inclinez-vous vers le mur en laissant vos pieds au sol. Adoptez la même position pour vous débarrasser rapidement d'une crampe. Il faut trouver la position qui permet d'étirer le muscle. Dans votre cas, c'est en pointant le pied que vous étirez les muscles de l'avant-jambe. Plusieurs attendent que la crampe disparaisse d'elle-même, ce

qui entraîne une douleur résiduelle le lendemain. Celle-ci est causée par une contraction trop prolongée des fibres musculaires. Si vous étirez le muscle, votre crampe disparaît instantanément.

**Est-ce que le sulfate de quinine est efficace?**

La quinine peut être efficace si on l'utilise régulièrement. Il ne s'agit pas d'un traitement qui élimine les crampes à jamais. Les études démontrent que des doses de 200 à 300 mg au coucher sont plus efficaces qu'un placebo (sans produit actif) pour réduire le nombre de crampes. On recommande d'en prendre régulièrement pendant au moins quatre semaines avant de conclure que cela ne fonctionne pas pour vous. Avec des doses quotidiennes de 300 mg par jour, le sulfate de quinine ne provoquerait pas d'effets secondaires importants.

**Des crampes reliées à une maladie?**

Une personne âgée doit avoir un bon bilan de santé chez un médecin si elle commence à se plaindre de crampes. Encore plus si ces crampes touchent différents groupes de muscles comme les bras et les mains. Ces crampes pourraient signifier un désordre particulier. Cela ne sert à rien de prendre de la quinine si le problè-

me n'est pas réglé. L'examen physique peut permettre de trouver des indices de maladies neurologiques, bien que des plaintes de faiblesse et d'un manque de résistance physique soient habituellement présentes. On vérifie ensuite, par des analyses de sang, le taux de calcium et de magnésium ainsi que l'état des reins et de la thyroïde. On sait qu'une femme enceinte sera susceptible d'avoir davantage des crampes, problème qui disparaît après l'accouchement. On observe aussi des crampes dans des cas de déshydratation importante ou lors d'épisodes d'hyperventilation (spasmes aux mains).

**Les crampes de jour**

Il y a des crampes qui annoncent un problème très important à diagnostiquer. Elles surviennent pendant la marche, alors que le muscle a besoin d'être davantage alimenté par l'oxygène transporté par le sang. Si on doit s'arrêter de marcher parce que le mollet devient douloureux, cela peut signifier que les artères qui alimentent les muscles de la jambe sont bloquées par l'artériosclérose. On parle souvent du blocage des artères qui alimentent le cœur, mais le même problème peut se produire dans les artères périphériques. Et pour les mêmes raisons : taux élevés de cholesté-

rol, tension artérielle élevée, diabète et tabagisme.

Alors que vous pouviez parcourir trois rues sans problème, vous devez maintenant vous arrêter après une seule, à cause d'une forte crampe. Après un moment de repos, la circulation reprend, la crampe cesse et la douleur aussi. Nous appelons ce symptôme « claudication intermittente ». Si vous vous reconnaissez, consultez un médecin et décrivez-lui vos symptômes.

Les maladies vasculaires périphériques affectent près de 10 % de la population (autant les hommes que les femmes). Un tiers ne souffrira d'aucun symptôme, l'autre tiers souffrira de claudication intermittente et consultera, alors que le dernier tiers, malgré les symptômes typiques, ne consultera pas. La mauvaise nouvelle, c'est que la plupart souffriront d'un accident vasculaire cérébral dans les cinq années à venir. La bonne est que si on consulte tôt, on peut réduire cette sombre statistique.

On peut joindre le Dr Danielle Perreault à l'adresse suivante : C.P. 63 082, Île-des-Sœurs H3E 1V6 perreaultmd@videotron.ca

## Vive l'huile d'olive et ses gras monoinsaturés!



JACINTHE CÔTÉ

## LA NUTRITION

COLLABORATION SPÉCIALE

Au cours des dernières années, l'usage des huiles d'olive et de canola s'est accru. Idéales pour la préparation des aliments, des vinaigrettes ou pour faire revenir des légumes, l'emploi de ces huiles a aussi l'avantage d'incorporer plus de gras monoinsaturés dans l'alimentation.

Mais pourquoi se soucier de ce type de gras? Les études démontrant les effets positifs des gras monoinsaturés s'accumulent. Ceux-ci agiraient non seulement sur le profil lipidique sanguin, mais aussi sur d'autres facteurs de risque des maladies cardiovasculaires, mettant à contribution la gestion du glucose sanguin et de la pression artérielle.

Mais avant d'aller plus loin et pour mieux comprendre les effets des gras monoinsaturés et autres types de gras, une vulgarisation du jargon médical s'impose.

**La circulation sanguine des lipides**

La circulation des gras, du cholestérol et des triglycérides dans le sang est comparable au transport des marchandises.

La plupart des déplacements de cholestérol dans le sang s'effectuent

par deux transporteurs : la lipoprotéine à faible densité (appelée LDL pour *low density lipoprotéine*) et la lipoprotéine à forte densité (appelée HDL pour *high density lipoprotéine*). Une plus petite partie des déplacements de cholestérol et ceux des triglycérides sont pris en charge par la lipoprotéine à très faible densité (appelée VLDL pour *very low density lipoprotéine*).

C'est pourquoi l'analyse du profil lipidique sanguin inclut les concentrations sanguines de cholestérol LDL et HDL, ainsi que celles des triglycérides. Le cholestérol total représente la somme des cholestérols LDL, HDL et de la fraction de cholestérol provenant des VLDL.

Le cholestérol associé aux LDL nuit à la santé cardiovasculaire. Ce type de transporteurs a la mauvaise habitude de déposer sa cargaison sur les parois des artères. Ces dépôts de cholestérol favorisent l'athérosclérose, soit la formation de lésions à la surface des artères pouvant engendrer une angine, une crise cardiaque ou un accident vasculaire cérébral.

Contrairement au cholestérol associé aux LDL, celui associé aux HDL est bénéfique. Ce type de transporteurs ramasse le cholestérol traînant un peu partout et le ramène au foie. C'est pourquoi une réduction de la concentration sanguine de cholestérol HDL contribue aussi à l'apparition des maladies cardiovasculaires.

Un taux sanguin élevé de triglycérides est associé à une augmentation des maladies coronariennes (veines du cœur). Leur présence accrue dans le sang favorise la formation de caillots responsables des

thromboses et semble augmenter la concentration de cholestérol LDL.

**Vive l'huile d'olive!**

En ce qui concerne les gras monoinsaturés, leur consommation tend à réduire les cholestérols total et LDL. Ces effets seraient observés quand les gras monoinsaturés remplacent les gras saturés dans l'alimentation.

Au-delà de ces effets sur le profil lipidique sanguin, les gras monoinsaturés contribueraient à une meilleure gestion du glucose sanguin et réduiraient les besoins d'insuline des personnes souffrant de diabète de type 2. Leur consommation aiderait également à réduire la tension artérielle.

Dans la région méditerranéenne, 60 à 90 % des gras monoinsaturés proviennent de la consommation d'huile d'olive. En Amérique du Nord, l'huile de canola et d'huile de tournesol, riches en acide oléique, sont les principales sources de gras monoinsaturés.

L'avocat, les noix du Brésil et de cajou, les noisettes, les amandes, les pistaches, les pacanes et les graines de sésame sont d'autres sources importantes de gras monoinsaturés.

**Pour la santé du cœur**

Le profil lipidique sanguin (cholestérol total, LDL, HDL et triglycérides) est grandement influencé par la consommation de matières grasses, mais aussi par d'autres facteurs alimentaires et habitudes de vie.

Le tabagisme et l'inactivité physique, par exemple, sont associés à une diminution du cholestérol HDL. Le tabagisme peut également provoquer une augmentation des cholestérols total et LDL, et la sédentarité, une augmentation des triglycérides sanguins.

Heureusement, ces effets sont réversibles! On a remarqué que le cholestérol LDL diminue et le cholestérol HDL augmente grâce à l'exercice physique. Et les cholestérols total et LDL peuvent diminuer en arrêtant de fumer.

**Modérer l'alcool et le sucre**

La consommation d'alcool, ainsi que celle de glucides simples et de



PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE

Un peu d'huile d'olive, pour le goût et pour nos artères...

fibres alimentaires, peut également modifier le profil lipidique sanguin.

L'alcool a l'avantage d'augmenter le cholestérol HDL. Cependant, au-delà d'une à deux consommations quotidiennes, il peut aussi devenir un facteur de risque de maladies cardiovasculaires, en faisant augmenter les triglycérides.

Une trop grande consommation de glucides simples (aliments sucrés, sucreries, boissons gazeuses, sucre de table) fait augmenter les triglycérides et diminuer le cholestérol HDL.

Une plus grande consommation de fibres alimentaires, surtout de fibres solubles, peut aider à réduire les cholestérols total et LDL. Les fibres solubles se trouvent dans les légumineuses (haricots au four, lentilles), les fruits riches en pecti-

ne (pommes, fraises, agrumes), l'orge, l'avoine et les légumes (pommes de terre avec la pelure, épinards).

Bref, la recette est simple! La santé cardiovasculaire s'acquiert par une alimentation riche en fibres alimentaires et en gras monoinsaturés et polyinsaturés oméga-3. Mais il faut également modérer la consommation d'alcool, de gras polyinsaturés oméga-6 et de cholestérol, et réduire celle des glucides simples et des gras saturés et trans.

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, Québec  
H2Y 1K9  
ou par courriel à :  
questiondenutrition@hotmail.com

## Promotion

Bio-Actif

## Nous sommes ce que nous mangeons

Nous le savons bien, nous ne mangeons pas uniquement pour nous nourrir. La vie serait bien trop ennuyeuse. Nous recherchons une satisfaction, un plaisir, un réconfort, et ceci peut varier pour chacun d'entre nous. Nous mangeons en général « ce qui nous va » selon certaines attirances profondes, mais qui n'apportent pas nécessairement à notre organisme un potentiel vital. Nul n'est le type parfait qui croit que son mode d'alimentation est intégralement ajusté à son niveau d'âge, d'activité et de goûts. Le risque nutritionnel est présent pour chacun de nous. Qui ose, avec les connaissances souvent contradictoires que nous possédons, affirmer catégoriquement connaître pour chacun de nous, le menu parfait?

Nous devons craindre évidemment un excès alimentaire global, lié à une surconsommation de féculents, de sucre, de corps gras. De ce fait, le système digestif peut être débordé et les toxines s'éliminer difficilement.

Nous savons aussi que notre recherche de ce qui peut nous apporter une excitation euphorisante a des conséquences non seulement diététiques, mais également psychiques, qu'il ne faut pas sous-estimer.

Si nous avons décidé d'être bien dans notre corps, parce que nous savons que notre corps a besoin de minéraux, de vitamines, d'enzymes, de lipides, de glucides et de nutriments de toutes sortes que nous n'absorbons peut-être pas en totalité dans notre alimentation, eh bien pensons à la formule Phytobec, à cette capsule de multi-éléments (40) à doses contrôlées. Lisez en profondeur la liste des quarante ingrédients qui apparaissent sur l'étiquette.

La formule spéciale Phytobec peut faire partie de votre équilibre alimentaire, retrouvé. Ça se voit... et ça se comprend, car dans la vie de tous les jours nous ne sommes pas parfaits.

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

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

TOUS LES SCÉNARIOS...



CINÉMA

Tous les samedis dans LA PRESSE

## VOUS SENTEZ-VOUS DÉPRIMÉ?

Étude sur le Traitement de la Dépression avec les OMÉGA-3

Au cours des dernières semaines, avez-vous eu plusieurs des symptômes suivants?

- Perte d'intérêt
- Tristesse
- Manque d'énergie
- Perte d'appétit
- Difficulté à dormir
- Trouble de concentration
- Culpabilité excessive
- Mauvaise opinion de vous-même

Si vous avez plusieurs de ces symptômes et si vous êtes âgé(e) de 18 ans ou plus, vous pourriez être éligible pour une étude clinique expérimentale de 12 semaines évaluant l'impact potentiel de suppléments d'oméga-3 sur les symptômes de dépression.

Les oméga-3 sont des acides gras essentiels provenant d'huile de poisson. Cette étude est sous la responsabilité de Dr François Lespérance, psychiatre au Centre Hospitalier de l'Université de Montréal. Si vous êtes éligible pour cette étude, le traitement vous sera offert gratuitement.

Pour obtenir davantage d'information, communiquez avec :

Marie-Pierre Leduc  
Tél. : (514) 890-8120

CHUM  
CENTRE DE RECHERCHE

## Atrophie vaginale

Vous êtes âgée de 50 ans et plus, vous êtes ménopausée depuis au moins 3 ans, vous ne prenez pas d'hormonothérapie de remplacement et vous éprouvez un des symptômes suivants :

- Sécheresse vaginale
- Démangeaison vaginale
- Inconfort urinaire
- Douleur lors des relations sexuelles

Si oui, vous pourriez participer à une étude clinique d'une durée de 12 semaines portant sur l'essai d'un nouveau médicament non-hormonal en investigation pour améliorer la santé vaginale.

Étude sous la direction d'une spécialiste en ménopause Dr Michèle Moreau

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Karine Chaussé, infirmière au 257-8796.

ACTUEL SANTÉ

# Sida: le Vatican fustige les pharmaceutiques

AGENCE FRANCE-PRESSE

CITÉ DU VATICAN – Le Vatican a lancé une attaque sans précédent contre l'industrie pharmaceutique mondiale, l'accusant de « génocide » des sidéens des pays pauvres.

« Aujourd'hui, au moins 400 personnes meurent chaque jour au Kenya à cause du sida. (...) C'est l'action génocidaire du cartel des entreprises pharmaceutiques, qui refusent de rendre les médicaments abordables en Afrique alors qu'elles ont déclaré 517 milliards de dollars de profits en 2002 », a déclaré le jésuite américain Angelo D'Agostino, lors d'une conférence de presse avec l'archevêque Paul Josef Cordes, président du Conseil pontifical Cor Unum.

« C'est une question morale qui montre le manque de conscience sociale de ces entreprises capitalistes, qui pourraient aisément sauver les vies de 25 millions de personnes séropositives en Afrique subsaharienne », a ajouté le religieux, également médecin de profession, qui travaille dans un orphelinat de Nairobi.

Cette virulente et inhabituelle sortie du Vatican, davantage connu pour le ton feutré de ses communiqués, s'est produite pendant la conférence de presse de présentation du traditionnel message du pape pour le carême, consacré cette année essentiellement aux enfants, « profondément blessés par la violence des adultes ».

De son côté, M<sup>gr</sup> Paul Josef Cordes, un prélat allemand chargé du Conseil pontifical coordonnant l'action charitable de l'Église, a prôné l'utilisation d'une « pression publique pour convaincre les entreprises pharmaceutiques d'abaisser les prix des médicaments antisida. » M<sup>gr</sup> Cordes a rappelé que 2,5 mil-

lions d'enfants frappés par le sida vivent dans le monde. Près de 500 000 sont morts à cause de cette maladie l'année dernière, surtout en Afrique. Selon l'Organisation mondiale de la santé, 11 millions d'enfants africains n'ont pas de parents à cause de ce fléau.

L'attaque lancée contre l'industrie pharmaceutique mondiale ne modifie pas cependant la position du Vatican sur le sida, à savoir que la chasteté est le meilleur moyen de s'en protéger et que les préservatifs sont fort peu utiles dans ce domaine.

Ces deux interventions fortes ont mis quelque peu au second plan le message du pape, qui a évoqué la « tragédie du sida et ses conséquences dévastatrices en Afrique », soulignant qu'un très grand nombre de victimes de ce fléau sont contaminées dès leur naissance.

Jean-Paul II a aussi dénoncé les violences dont les jeunes sont victimes, notamment les « agressions sexuelles, l'engagement dans la prostitution, l'implication dans le trafic et la consommation de la drogue ; des enfants obligés à travailler ou enrôlés pour combattre ; des enfants innocents marqués pour toujours par la désagrégation familiale ; des petits enfants détruits par le trafic ignoble d'organes et d'êtres humains. »

Le souverain pontife a invité tous les catholiques à faire du carême, la période de 40 jours de pénitence et de prière qui précède la Pâques chrétienne, à partir du Mercredi des cendres, le 25 février prochain, « une occasion utile pour que chacun puisse consacrer, dans son propre milieu familial et social, une plus grande attention aux enfants, qui constituent l'avenir de l'humanité. »

## COMPRIMÉS

### Patiente en feu

Des infirmiers du Connecticut ont vu leur patiente de 47 ans s'enflammer alors qu'ils utilisaient un défibrillateur pour remettre son coeur en marche. Les flammes ont rapidement été contenues mais la patiente est morte à son arrivée à l'hôpital. Son décès n'est toutefois pas été dû au mauvais fonctionnement de l'appareil mais plutôt à des causes naturelles. Les autorités ont ouvert une enquête sur les causes de la défécuosité.

d'après HealthDay

### Hausse des plasties génitales

La Suède, qui a déjà banni la mutilation génitale, s'apprête à rendre illégales les interventions chirurgicales purement esthétiques sur les organes génitaux, même réclamées par des patientes. Les chirurgiens ont constaté une hausse des demandes de modification génitale : changement de la forme des lèvres, rétrécissement du vagin dans le but d'augmenter le plaisir sexuel ou reconstruction de l'hymen chez des femmes musulmanes qui veulent se refaire une virginité en vue du mariage.

d'après HealthDay

### Fiancées gavées

L'obésité est si bien vue chez certains habitants de la Mauritanie que les jeunes filles sont parfois engraisées pour obtenir un poids attrayant, que le gouvernement considère toutefois comme menaçant pour leur santé. Il y a à peine une génération, le tiers des femmes de ce pays étaient gavées. Maintenant, ce nombre a baissé à une jeune fille sur 10. Traditionnellement, l'embonpoint est considéré comme un signe de richesse et attire le respect. « Je leur fais manger beaucoup de dattes, de couscous et d'aliments engraisants », explique Fatematou, une femme qui dirige une « ferme d'engraissement » et qui y reçoit des fillettes d'environ 7 ans. Si les fillettes sont réticentes, « je les oblige car elles sont contentes à la fin de leur séjour quand elles réalisent qu'elles sont belles et grasses », dit Fatematou. Mais les critères de beauté traditionnels changent et les jeunes hommes, semble-t-il, apprécient de plus en plus les femmes minces. Les fillettes gavées pourraient bien être une espèce en voie de disparition.

d'après BBC News

### Plus d'allergies aux arachides

Le pourcentage d'enfants allergiques

aux arachides a doublé en cinq ans, ont constaté des chercheurs du Jaffe Food Allergy Institute de la Mout Sinai School of Medicine de New York lors d'un sondage téléphonique mené auprès de quelque 5000 ménages américains. Ils ont constaté que le pourcentage d'adultes allergiques aux arachides était demeuré constant de 1997 à 2002 mais que celui des enfants était passé de 0,4 % à 0,8 % au cours de la même période. Cependant, 26 % des enfants et 56 % des adultes affectés n'avaient pas reçu de traitement. Plus près de nous, une équipe de l'Université McGill sous la direction du Dr Rhoda S. Kagan a réalisé une étude qui démontre que plus de 1 % des enfants canadiens pourraient être allergiques aux arachides. La cause de cette augmentation pourrait être le fait de consommer des arachides et ses produits dérivés avant que le système immunitaire n'ait atteint une maturité suffisante ainsi que l'emploi d'onguents topiques contenant des arachides.

d'après L'Actualité médicale

### Coeur: pas de pilule miracle

Les médicaments anticholestérol réduisent le taux de mauvais cholestérol et améliorent la réponse physiologique des artères, mais ils n'augmentent pas — du moins pas à moyen terme — la capacité du travail du coeur chez les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires, a constaté une équipe de l'Hôpital Laval à Québec, qui a testé la condition physique des patients sur un tapis roulant. « Nos conclusions ne signifient pas que ces médicaments sont inutiles, a déclaré le chercheur Peter Bogaty. Des études antérieures ont clairement démontré qu'ils réduisaient les risques d'accident cardiaque. Mais nous n'avons pas observé qu'ils pouvaient aussi améliorer la réponse à l'effort. »

d'après Au fil des événements, journal de l'Université Laval.

### Pot, ecstasy et mémoire

Une nouvelle étude confirme que les utilisateurs d'ecstasy courent un risque accru (de 23 %) de problèmes de mémoire à long terme, alors que les fumeurs de marijuana ont plus de chances (20 %) d'éprouver des ratés dans leur mémoire à court terme. Les personnes qui font usage des deux types de drogues sont donc plus vulnérables à un ensemble d'affections touchant la mémoire, a expliqué le chercheur Jackie Rodgers, de l'Université de Newcastle, en Angleterre.

d'après HealthDay

# “ 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 !”

**“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



Adrien Gagnon

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



PHOTOS BERNARD BRAULT, LA PRESSE

Ceux qui n'en ont jamais fait l'expérience goûteront certes les joies d'une randonnée en traîneau à chiens à la Fête des neiges.

# L'or bleu, blanc mais pas rouge...



**RICHARD CHARTIER**  
rchartie@lapresse.ca

Un iceberg flottait dans la cruche renversée et la petite madame, l'air désespéré, expliquait pour la centième fois qu'il était impossible de préparer le chocolat chaud car l'eau refusait de bouillir. « C'est l'enfer ! », gémit-elle.

La vaste tente Hydro-Québec ressemblait à un quartier de guerre. On s'enfermait dans les traîneaux, les petits, y compris le Zoomer, ouvraient grand le bec, comme oisillons au nid, prêts à avaler n'importe quoi. Le froid, ça vous ouvre l'appétit et au front, on ne lésine pas sur les moyens...

Quand un nono passait la porte en négligeant de la refermer, une maman se levait et s'empressait d'aller faire le petit correctif. Ayant à mon tour joué les bons pères de famille, le temps de mettre le museau dans l'embrasure de la porte, j'ai aperçu une silhouette en train de grimper dans la flèche sortie d'un nuage de brume. Je me suis ramené à la table en moins de deux : « Maman, donne-moi vite le petit, le plongeur va sauter ! »

Maman n'a rien compris, mais elle a obtempéré à l'urgence. Zoomy avait déjà rendu sa sucette de chocolat, repu. Remet les manches et le capuchon en quatrième vitesse, zippe d'un bord, zippe de l'autre, enfille les moufles. Lorsque enfin nous nous sommes retrouvés dehors, exposés au vent glacial du fleuve, une ombre tombait de la tour de 30 mètres et plongeait dans le bassin en soulevant une immense gerbe d'eau. Dans mes bras, le Zoomer regardait dans l'autre direction ! Tout ça pour ça ! Zut !

Déjà qu'on avait raté Annie Brocoli, la veille, à l'ouverture de la 22<sup>e</sup> Fête des neiges. Un jour, Georges apprendra que si papa s'était magné un peu, il aurait pu donner à la belle chanteuse aux mèches girées un de ces bisous fondants

dont il a le secret. Et ce n'est pas un petit -38 de refroidissement éolien qui l'aurait arrêté, ça non.

Mais là, le Zoomer commençait à râler même si son enthousiasme ne montrait aucun signe d'usure : « Je veux aller pêcher ! »

L'étang de pêche était le premier jeu auquel s'était attardé Sir Georges. « Il peut les serrer dans ses bras », avait remarqué maman au sujet des proies bourrées (on les attrape grâce à un aimant pendant au bout de la ligne).

Je ne m'étonnais pas tant de voir

**On a fait des gorges chaudes de ces millionnaires qui ont le CH imprimé sur la tuque, mais la direction du club n'a peut-être pas eu tort d'épargner à ses plus chauds partisans les affres d'une attente de trois heures dans le grand congélateur à ciel ouvert qu'était, ce jour-là, le parc Jean-Drapeau. Franchement, il y a des manières plus amusantes de se geler la bine...**

le petit tenir le coup — après tout, il a l'habitude de passer du temps dehors chaque jour, quelle que soit la température — que de voir sa maman et sa tante, nées dans la chaude ex-République soviétique de Géorgie, renifler bravement ces effluves antarctiques. Oui mesdames, vous avez le fun courageux, mais pas au point d'aller patiner sur le rond du Canadien que le Canadien n'a finalement jamais usé. On a fait des gorges chaudes de ces millionnaires qui ont le CH imprimé sur la tuque, mais la direction du club n'a peut-être pas eu tort

d'épargner à ses plus chauds partisans les affres d'une attente de trois heures dans le grand congélateur à ciel ouvert qu'était, ce jour-là, le parc Jean-Drapeau. Franchement, il y a des manières plus amusantes de se geler la bine...

Couché dans le traîneau, emmitoufflé dans son génial et inusable une-pièce Chlorophylle, le Zoomer pouvait dire qu'il « avait donné » lorsqu'il a retrouvé son siège baquet. À la fin, il ne voyait plus la fumée éclatante de blancheur sous le soleil déclinant qui montait du fleuve, il ne voyait plus les glaces concassées qui coulaient comme un tapis magique sous le pont Jacques-Cartier. Il émettait un grand bâillement, il ne voulait même pas boire de lait. De toute évidence, il voulait rester sur sa joie, entière...

Les braves préposés au stationnement, aux trois quarts vide, saluaient notre départ. Protégés du froid par d'épaisses pelures, ils ne cachaient pas leur sourire.

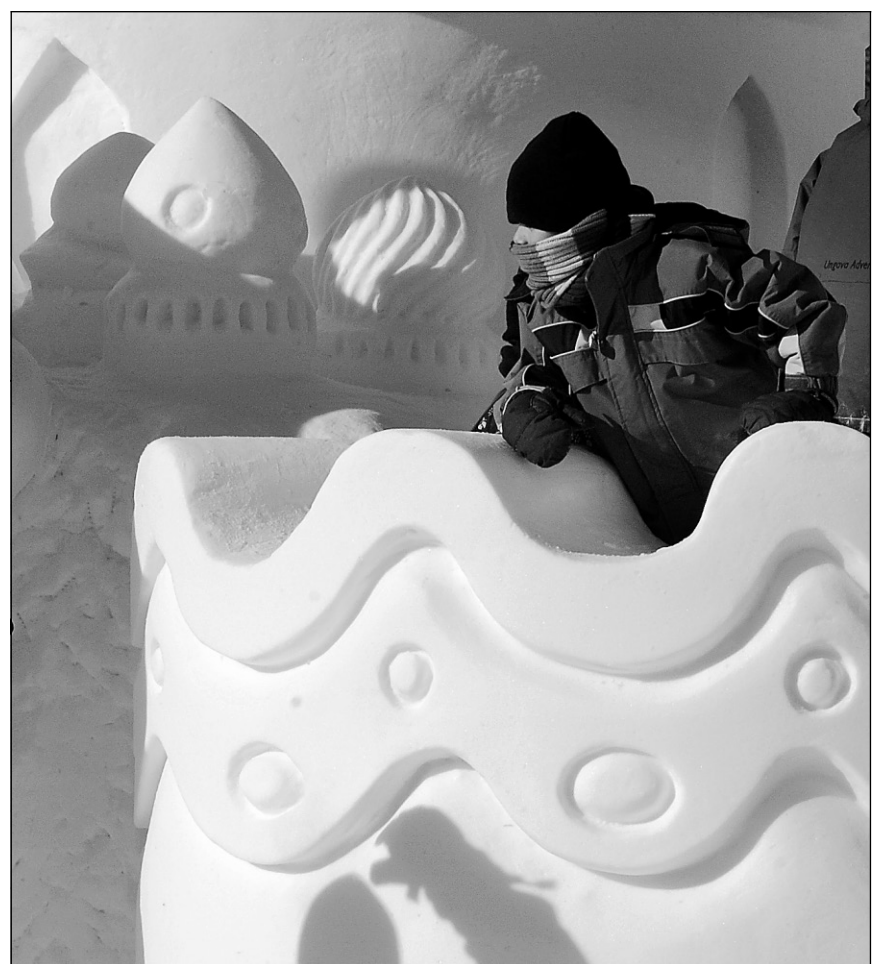
« Tu veux revenir, Georges ? »

« Oui ! »

C'est que nous aurions voulu faire de la glissade sur tubes — on a vu les installations, elles sont de première classe — et partir à l'aventure en traîneau à chiens. On ne se plaint pas du froid, remarquez, mais quelques degrés de plus, juste cinq ou six, tenez, et on passait là deux autres heures ! Deux visites plutôt qu'une, ce sera une autre manière de faire durer le plaisir.

Georges voudra certes revoir les châteaux de neige ou les igloos stylisés de l'aire frette où on raconte qu'il y a 68 lacs sous les glaces de l'Antarctique, qu'il y en a un dont papa a oublié le nom qui est grand comme le lac Ontario et qui est resté vierge depuis 240 000 ans.

Il voudra encore jouer aux poches et aux cerceaux dans les sculptures de glace où son habileté lui a permis de gagner trois cahiers à colorier. Il a tout pigé, le petit : tandis que papa ratait les cibles, il allait déposer calmement les projectiles dans les réceptacles ou autour du cou des



Les châteaux de neige du parc Jean-Drapeau offrent une vue imprenable sur le royaume de l'hiver.

beaux animaux transparents. Pas encore 3 ans et il a déjà tout compris !

Oui, les amis. Le Zoomer ne se fera pas prier pour revenir. Il voudra encore faire de l'oeil à la belle princesse des neiges ou à la grande Frisson qui lui a fait la conversation. Il reprendra volontiers son entretien avec un grand pingouin et il se remettra à la recherche du père Noël — convaincu qu'il est au bon endroit. Qui sait, s'il est bon garçon, il verra peut-être aussi la pièce de théâtre intitulée *L'or bleu* — on y parle évidemment de l'eau — qui se joue à la Biosphère.

Et s'il a un peu froid, il retournera danser et chanter près de la scène où un orchestre répandait ses rythmes chauds. Pour peu qu'il fasse un tintinet plus doux, il ira peut-être même donner quelques coups de patins...

Mais jamais il ne se plaindra des basses températures. D'ailleurs, il ne sait pas encore très bien comment.

En quittant le site, tandis que glissait le traîneau vers la voiture, le Zoomer nous donnait l'avant-goût d'une belle soirée tranquille : « Je suis très fatigué ! » clamait-il.

À 18 h, il était déjà au lit !

**La Fête des neiges se poursuit au parc Jean-Drapeau jusqu'au 8 février. Les activités sont accessibles au grand public aujourd'hui, de même que le samedi 7 et le dimanche 8 février. En semaine, la Fête des neiges accueille les groupes scolaires. Accès aisé par la station de métro Île-Sainte-Hélène. On se renseigne de manière générale ou sur les thèmes de chaque journée au 514 872-6120 ou au [www.fetedesneiges.com](http://www.fetedesneiges.com)**

Concours St-Valentin L'amour en vedette

★ *Faites votre choix* ★

**VOUS** choisissez le couple idéal en votant avec votre cellulaire



cyberpresse.ca

Tous les détails au:  
[cyberpresse.ca/stvalentin](http://cyberpresse.ca/stvalentin)



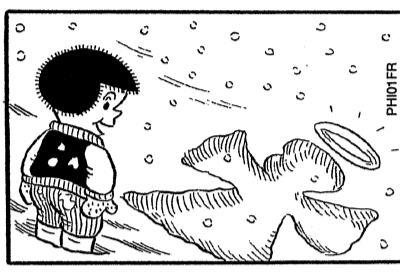
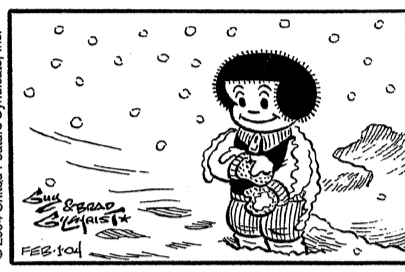
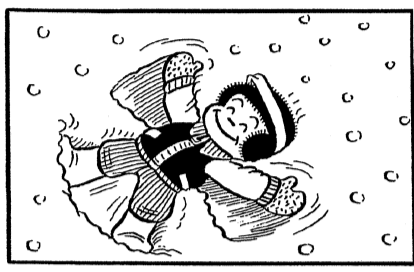
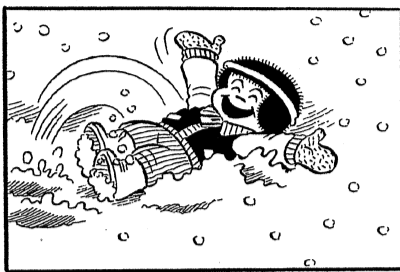
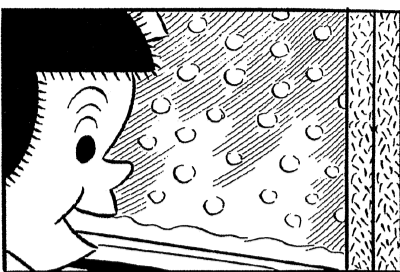
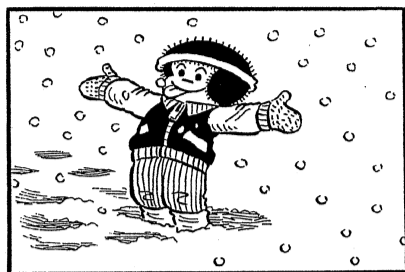
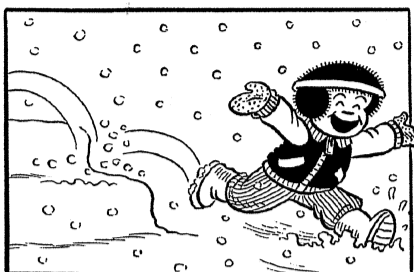
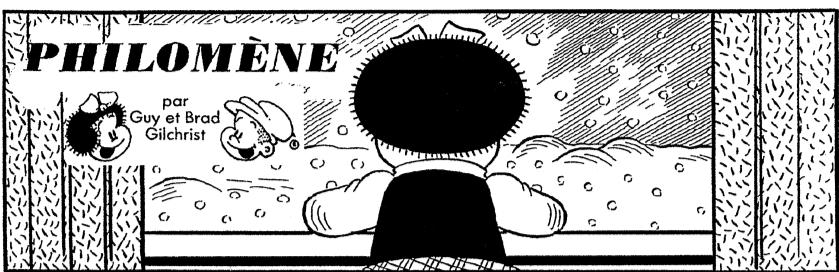
Plus de 4000 \$\* en prix

\*Valeur approximative

En collaboration avec

ROGERS AT&T COMMUNICATIONS SANS FIL

# LA PETITE PRESSE



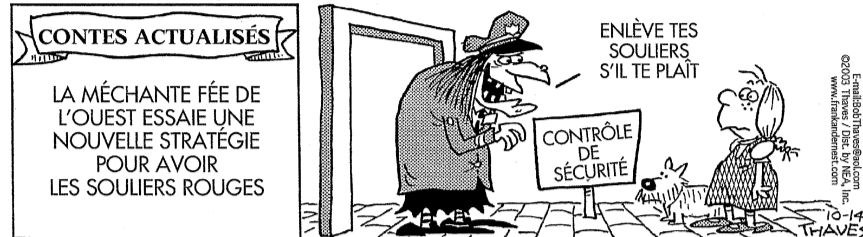
**BEN**



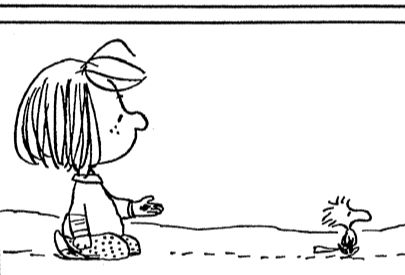
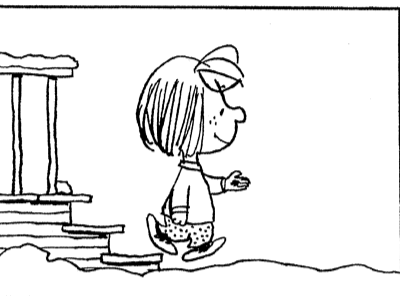
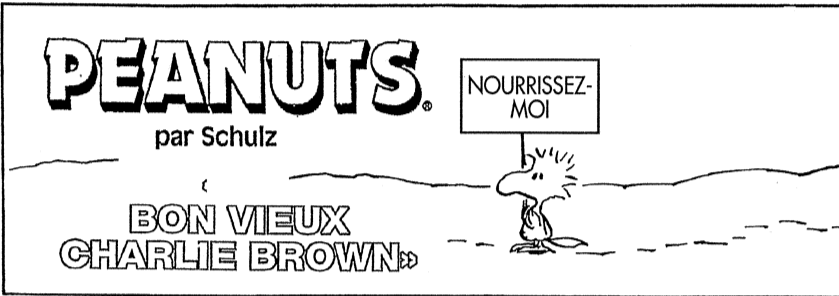
**LA DÉVEINE**



**FRANK ET ERNEST**



**PEANUTS**



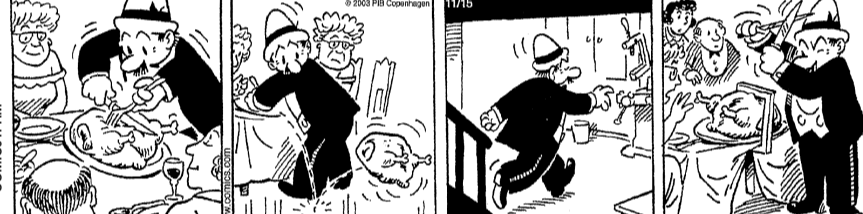
**PHILOMÈNE**



**GARFIELD**

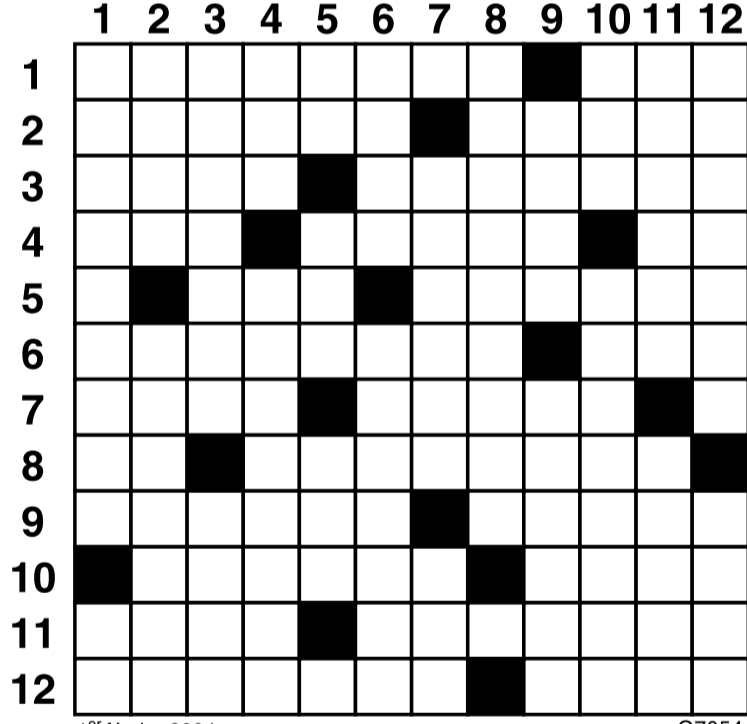


**FERDINAND**



**MOTS CROISÉS**

www.hannequart.com



1<sup>er</sup> février 2004

Q7054

**HORIZONTALEMENT**

- Décontenancé à la suite d'un échec - Portion définie d'une courbe.
- Sentiment de sympathie - Alliage de fer et de carbone.
- Signe de musique - Étoile de mer.
- Décharge - Petit navire à un mat - Se dit d'un style dépouillé.
- Pas ailleurs - Vivent peut-être à Moscou.
- Petit cigare - Prend des risques.
- Au début d'une question - Coule en Afrique.
- Ancien do - Chienne.
- Période de l'ère tertiaire - Convenable.
- On le fume - Renseignement.
- Emplacement - Transparaître.
- Conifères à aiguilles caduques - Préfixe qui multiplie.

**VERTICALEMENT**

- Grandiose et terrifiant - Lumen.
- Fait battre le cœur plus vite - Accouchement normal.
- Fausse topaze - Peut être couvert.

- Défalque - Celui qui remplit la même fonction qu'un autre.
- Nickel - Titre britannique - A été fondée par Michel Debré en 1945.
- Fidèle - Contraire.
- Aller dehors - Possédés.
- Dessins indélébiles.
- Pieds de vigne - Se dit d'un ton morne.
- Peut se jouer au piano - Dont le mandat s'est terminé.
- Souveraines - Situation très pénible.
- Approfondir - Nom donné dans le judaïsme aux cinq premiers livres de la Bible.

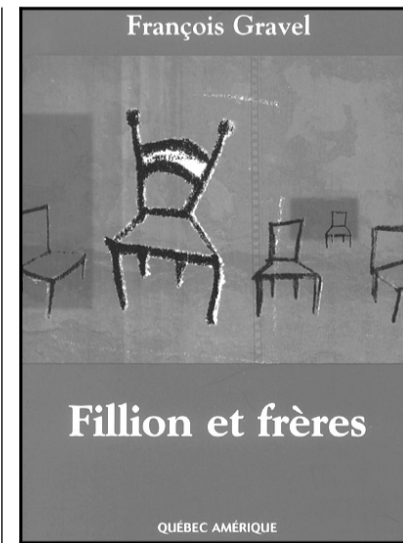
**SOLUTION AU PROCHAIN**

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1  | P | R | O | M | E | N | A | D | E | S | S |
| 2  | A | E | R | O | S | O | L | V | E | T | O |
| 3  | T | A | I | T | Y | O | G | O | U | R | T |
| 4  | A | G | E | R | E | S | E | R | E | S | T |
| 5  | P | I | N | C | E | L | U | T | I |   |   |
| 6  | O | R | T | E | I | L | D | E | C | E | S |
| 7  | U | E | S | T | I | M | E | L | E |   |   |
| 8  | F | E | R | R | E | U | N | I | O | N |   |
| 9  | V | E | R | V | E | R | T | S | P | E | T |
| 10 | B | I | B | I | R | E | A | L | I | T | E |
| 11 | A | D | U | L | T | E | M | A | N | T | E |
| 12 | L | E | S | E | E | A | I | M | E | E | S |

SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO

## FILLION ET FRÈRES de François Gravel

- 46 -



satiété qu'il sera bientôt millionnaire pour peu qu'un seul de ses projets réussisse? Un homme qui a déjà été son patron, et qui a ensuite fait de lui son associé? Peut-être Louis aurait-il quand même dû lui offrir quelque chose, ne fût-ce que pour lui permettre de refuser?

Il n'y a évidemment jamais eu de boutique de vêtements en face de Fillion et frères, et Louis n'a plus jamais revu son ancien patron et associé, du moins en chair et en os. Le fantôme de Lunn viendra cependant souvent le hanter, le soir, lorsqu'il s'installera dans son fauteuil, seul au milieu de la nuit, et qu'il laissera flotter ses souvenirs. Il se dira chaque fois qu'il n'avait pas le choix, qu'il a bien agi, qu'il a été correct avec lui, mais cela ne suffira pas: pourquoi lui reste-t-il encore cette amertume, au fond de la mémoire? Alors il, se répétera une fois de plus qu'il n'avait pas le choix, qu'il a bien agi, qu'il a été correct avec son ancien patron, ce

genre de réflexions qui vous font tourner en rond, des heures durant, et se concluent inévitablement par un «c'est la vie».

Quand, tout petit, j'entendais parler de ce monsieur Lunn, je comprenais toujours *Monsieur L'Homme*, et je me demandais ce qu'un être humain avait bien pu faire au bon Dieu pour mériter un tel patronyme. J'ai un jour posé la question à mon père qui, ne pouvant évidemment pas imaginer comment j'entendais ce nom, m'avait expliqué que la famille de son ancien patron venait de Pologne ou de Russie ou d'un pays dans ce genre-là, où les noms sont imprononçables, et qu'un de ses ancêtres avait sans doute été rebaptisé ainsi par quelque fonctionnaire du ministère de l'Immigration, comme cela arrivait souvent.

J'ai fait semblant d'avoir obtenu réponse à ma question, même si cela ne faisait que détourner le mystère: pourquoi cet obscur fonctionnaire avait-il décidé que cet homme-là, précisément celui-là, résumait tous les autres?

Ce n'est que lorsque j'ai vu le nom écrit, bien des années plus tard, que je me suis aperçu de ma méprise. Méprise assez vénielle, par ailleurs, et que je n'ai jamais vraiment cherché à corriger. J'écris Lunn, mais cet homme sera toujours, pour moi, monsieur L'Homme.

**À SUIVRE**



© 2003 Éditions Québec Amérique Inc.

# Le mythe des perroquets centenaires



**PIERRE GINGRAS**  
pgingras@lapresse.ca

Un perroquet, qui aurait appartenu à Winston Churchill à la fin des années 30, aurait aujourd'hui 104 ans, ce qui en ferait l'oiseau de compagnie le plus âgé du Royaume-Uni et probablement du monde. Légende ou réalité ?

C'est du moins ce que nous apprenait une récente dépêche qui a fait le tour de la planète. Les médias montréalais ont repris la nouvelle et certains ont publié la photo de l'auguste centenaire, un ara bleu femelle nommé Charlie.

Le hic, c'est que l'agence s'est contentée de citer le propriétaire actuel de l'oiseau, sans aucune preuve formelle attestant la véracité des faits. Et le texte original, qui provient de *Jack Magazine*, une revue porno, ne donne guère plus de renseignements sur le sujet.

La nouvelle a toutefois été démentie par une des filles de Churchill ; elle a indiqué que son père avait bel et bien possédé un perroquet durant trois ans, mais qu'il s'agissait d'un perroquet gris d'Afrique.

Cette histoire démontre, une fois de plus, qu'on attribue une longévité exagérée aux perroquets. Dans les animaleries, on prétend souvent qu'un grand perroquet peut vivre 70 ou 80 ans, et parfois beaucoup plus. Or, ce n'est pas le cas, bien qu'il existe des exceptions.

## Plusieurs propriétaires...

« Le problème, c'est qu'il est toujours très difficile de démontrer l'âge exact de ces oiseaux, explique Phil King, contremaître général au Jardin zoologique Assiniboine, de Winnipeg. Comme ils sont âgés, ils ont souvent connu plusieurs propriétaires qui, sans vouloir tromper personne, ont tous ajouté quelques années à l'oiseau, faute de références précises. »

M. King se souvient d'une amazone de Dufresne qui avait été donnée au zoo, il y a quelques années. L'oiseau avait appartenu à une dame âgée qui venait de mourir. « Le donateur soutenait que le perroquet avait au moins 80 ans. Quand l'oiseau est mort, nous avons pu déterminer qu'il avait une cinquantaine d'années, tout au plus. Selon moi, il est peu vraisemblable qu'un perroquet atteigne 100 ans », dit-il.

Habituellement, les vieux perroquets ont un plumage en mauvais état, ils souffrent d'arthrite, leur bec est ébréché, ils perdent des plumes et certaines parties de leur peau sont nues. Mais ces indications ne permettent pas de donner un âge précis à l'animal.

Responsable de la collection d'oiseaux du Jardin zoologique du Québec, Jill Marvin croit pour sa part qu'il n'est pas impossible qu'un perroquet vive 100 ans, mais encore faut-il le démontrer. « Il y a des gens qui vivent 110 ans et même plus. Ce



PHOTO ARCHIVES LA PRESSE ©

Tous les récits de perroquets centenaires ne sont pas fondés, soutiennent plusieurs chercheurs. Nombreux sont ceux qui refusent de croire l'histoire de Charlie, un ara bleu, qui aurait 104 ans et qui aurait appartenu à Winston Churchill.



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

En dépit de sa petite taille, un chardonneret jaune a déjà vécu une dizaine d'années.

genre d'exception pourrait aussi être possible chez les perroquets », dit-elle.

Mais 100 ans, c'est beaucoup trop, si l'on se fie aux quatre chercheurs qui ont signé l'article « Longevity Records for Psittaciformes in Captivity », un document publié en 2000 dans *l'International Zoo Yearbook*, une publication destinée aux gestionnaires des jardins zoologiques. Après avoir examiné les records de longévité d'une centaine d'espèces de perroquets, gardés dans les zoos et les collections privées dans le monde, les experts en sont arrivés à la conclusion que les récits de perroquets centenaires ne sont pas crédibles et que la longévité qu'on leur attribue est tout simplement un mythe. Selon

l'étude, la très grande majorité dépasse rarement 50 ans, même si certains sujets ont déjà atteint un âge plus avancé, notamment un cacatoès des Moluques mort au jardin zoologique de San Diego à l'âge de 65 ans.

## Le cacatoès et les autres

Selon les scientifiques, les cacatoès sont ceux qui vivent le plus longtemps. Ils dépassent les grands perroquets comme les aras.

Le plus vieil ara connu, du moins au moment de cette étude, était un ara chloroptère mort à 50 ans. Un ara militaire a déjà atteint 46 ans, un ara hyacinthe (comme celui du Biodôme de Montréal), 38 ans. Le record de longévité chez le perroquet gris d'Afrique (perroquet jaco) est de 49

ans et 8 mois. Chez les amazones, la palme revient à une amazone à front jaune de 49 ans. La calopsitte élégante la plus âgée a vécu 35 ans et une perruche ondulée jusqu'à 21 ans.

Il faut rappeler que ces oiseaux sont dorlotés, que leur état de santé est suivi quotidiennement et qu'ils disposent de soins vétérinaires sur place. C'est donc en captivité que sont établis habituellement les records de longévité. La documentation scientifique indique aussi un grand corbeau de 69 ans, un pigeon biset de 32 ans, une bernache du Canada de 42 ans, un aigle royal de 46 ans et une grue de Sibérie qui est passée de vie à trépas à l'âge de 61 ans au zoo de Washington.

## Un taux de mortalité élevé

La situation est bien différente dans la nature, où la vie n'est pas de tout repos. Pas moins de 66 % des passe-reux en âge de voler meurent au cours de leur première année d'existence et 25 % de ceux qui restent mourront avant d'avoir 2 ans. En plus de la maladie et de la prédation, une foule de jeunes oiseaux meurent de faim quelque temps après avoir quitté le nid, quand les parents les abandonnent définitivement à leur sort. Une étude réalisée en Arizona chez une population de juncos aux yeux jaunes a démontré que seulement 11 % des individus se présentaient sur le territoire de nidification dans l'année suivant leur naissance.

La longévité d'un oiseau est habituellement proportionnelle à sa masse, les plus petits dépensent beaucoup plus d'énergie pour survivre. Mais seul le baguage permet d'établir des données fiables qui évoluent régulièrement et varient, il faut bien le dire, selon leur provenance. Par exemple, le record absolu pour un oiseau non gardé en captivité est détenu par un albatros de Laysan qui aurait vécu 53 ans. Mais la liste de l'American Ornithologist Union (AOU), qui résulte des données de baguage réalisé en Amérique du Nord et compilées à Laurel, dans le Maryland, mentionne plutôt 42 ans et 5 mois. Une différence importante.

L'ouvrage *A Dictionary of Birds* fait état d'un étourneau sansonnet de 20 ans, alors que la compilation de l'AOU indique 15 ans et 3 mois. Il faut dire que l'étourneau sansonnet est répandu dans le monde et que le record mentionné par l'ouvrage anglais peut provenir d'Europe, d'Asie ou d'Afrique. La situation est semblable dans le cas de l'albatros de Laysan, qui est aussi présent en Asie.

Il n'en reste pas moins qu'en dépit de leur existence tumultueuse, des prédateurs, de la chasse sportive ou encore de leurs longues migrations, certains de nos oiseaux atteignent une longévité étonnante. Un des cas les plus intéressants, figurant dans la dernière liste de l'AOU mise à jour en 2002, est celui d'une tourterelle triste qui a vécu 31 ans et 4 mois. Un phénomène quand on considère que c'est l'oiseau le plus chassé sur le continent. Le taux de mortalité annuel des jeunes de moins de 1 an est de 70 % et celui des adultes atteint 55 %. Autre phénomène, cette sterne arctique de 34 ans, un oiseau qui fait le tour du globe une fois par année en migration, un voyage de 25 000 kilomètres !

## Longévité chez les oiseaux d'Amérique du Nord

**Plongeon huard :**  
11 ans et 1 mois

**Goéland argenté :**  
28 ans

**Goéland à bec cerclé :**  
27 ans et 3 mois

**Sterne arctique :**  
34 ans

**Canard colvert :**  
26 ans et 4 mois

**Canard branchu :**  
22 ans et 6 mois

**Oie des neiges :**  
26 ans et 7 mois

**Bernache du Canada :**  
28 ans et 5 mois

**Grand héron :**  
24 ans et 10 mois

**Bécasse d'Amérique :**  
20 ans et 11 mois

**Pic chevelu :**  
15 ans et 10 mois

**Grand pic :**  
12 ans et 11 mois

**Colibri à gorge rubis :**  
9 ans et 1 mois

**Geai bleu :**  
10 ans et 9 mois

**Corneille d'Amérique :**  
14 ans et 7 mois

**Oriole de Baltimore :**  
11 ans et 7 mois

**Gros-bec errant :**  
15 ans et 3 mois

**Quiscalde bronzé :**  
20 ans et 11 mois

**Chardonneret jaune :**  
10 ans et 5 mois

**Cardinal rouge :**  
15 ans et 9 mois

**Hirondelle noire :**  
13 ans et 9 mois

**Hirondelle bicoloré :**  
12 ans et 1 mois

**Hirondelles rustique :**  
8 ans et 1 mois

**Paruline jaune :**  
9 ans et 11 mois

**Gélinotte huppée :**  
8 ans et 6 mois

**Urubu à tête rouge :**  
16 ans et 10 mois

**Harfang des neiges :**  
10 ans et 9 mois

**Grand-duc d'Amérique :**  
27 ans et 7 mois

**Moineau domestique :**  
13 ans et 4 mois

**Mésange à tête noire :**  
12 ans et 5 mois

**Merle d'Amérique :**  
13 ans et 11 mois

**Merle bleu de l'Est :**  
10 ans et 5 mois

La liste complète des records de longévité de l'AOU sur Internet : [pwr.usgs.gov/bbl/homepage/longyrec.htm](http://pwr.usgs.gov/bbl/homepage/longyrec.htm).

Ref : Klimkiewicz, M. Kathy. *Longevity Records of North American Birds*, Version 2002.1. Paxtuxent Wildlife Center, Bird Banding Laboratory, Laurel, Maryland.

## LE CARNET D'OBSERVATION

### Un cadeau des Éditions MultiMondes

Jean-Marc Gagnon, propriétaire des Éditions MultiMondes, de Québec, offre un cadeau plutôt inusité à tous les amateurs d'ornithologie. Il vient de publier in extenso sur le site Internet de la maison tout le contenu de l'ouvrage *Noms français des oiseaux du monde*, de la Commission internationale des noms français des oiseaux. Publié en 1993, l'ouvrage de 452 pages est encore à jour dans une proportion de 96 %, a indiqué récemment un de ses principaux rédacteurs, l'ornithologue Normand David, directeur général de l'Association québécoise des groupes d'ornithologues. On a vendu les 1400 exemplaires de ce volume, dont 300 en France. Il est épuisé depuis longtemps. Selon M. Gagnon, l'initiative est avant tout un service public qui devrait être utile aux amateurs d'oiseaux. Vous êtes donc invités à télécharger le document en cliquant [multim.com](http://multim.com).

Reste à espérer que les amateurs d'oiseaux de compagnie, et surtout ceux qui les vendent, profiteront de cette occasion pour uniformiser leur vocabulaire. D'autant plus que le volume permet aussi de trouver le terme exact en français à partir de l'anglais. La terminologie dans ce domaine ressemble à la tour de Babel.

### La nomenclature et les oiseaux de volière

Récemment, je déplorais que les noms scientifiques des oiseaux de compagnie soit aussi peu respectés au Québec dans les animaleries, et même dans certains ouvrages québécois et européens. Je viens de mettre la main sur deux petits volumes, publiés il y a trois ou quatre ans, sur les oiseaux de volière, qui utilisent la nomenclature française internationale. Il s'agit de *Perruches et petits perroquets* et de *Les petits oiseaux exotiques*, tous deux publiés aux Éditions S.A.E.P, une maison française: 11,50 \$ chacun.

### Conférence sur le trafic des perroquets

L'Association québécoise des amateurs de perroquets vous invite à participer à une conférence sur le trafic des perroquets dans le monde, notamment dans les Amériques. Le conférencier invité est Mark Hagen, responsable notamment de l'Institut Hagen de recherche en aviculture, qui fait l'élevage, entre autres, de plusieurs espèces de perroquets dans la région de Rigaud. Le centre travaille notamment sur l'alimentation des oiseaux de compagnie. M. Hagen s'intéresse au trafic des perroquets depuis longtemps et il a assisté dans le passé à plusieurs rencontres de l'organisation CITES (Convention sur le commerce des espèces de la faune et de la flore sauvages menacées).

La rencontre a lieu aujourd'hui, à 13 h, au centre Saint-Mathieu, 7110, 8<sup>e</sup> avenue, à Montréal (entre les rue Bélanger et Jean-Talon ; métro Saint-Michel). Les frais sont de 2 \$.



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

Mark Hagen, responsable de l'Institut Hagen de recherche en aviculture, avec un de ses protégés.