



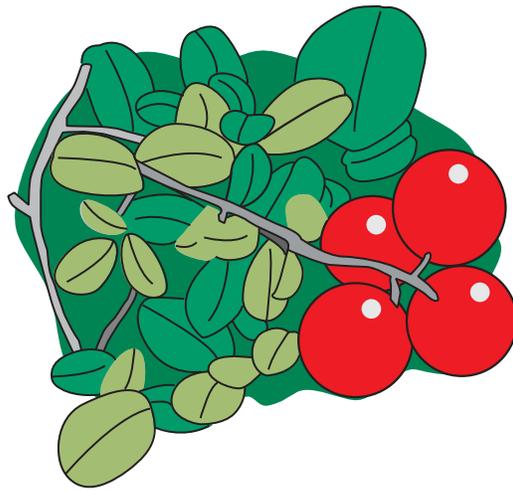
FEUILLETS D'INFORMATION SUR LES CONTAMINANTS DANS LES TERRITOIRES DU NORD-OUEST

Les petits fruits

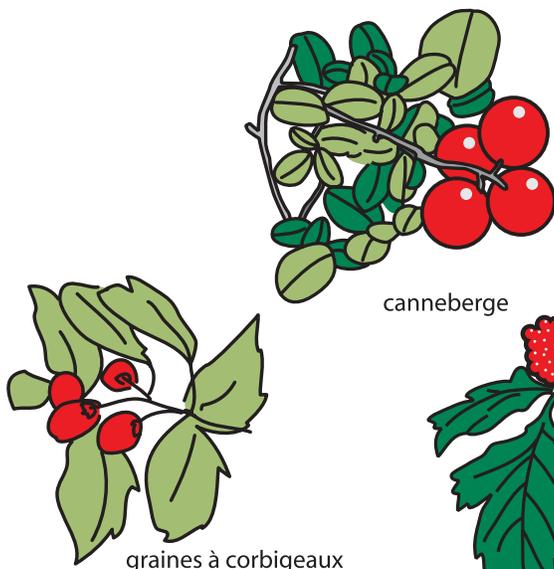
On trouve dans le Nord une grande variété de petits fruits sauvages comestibles : fruits de rosiers, chicoutés, framboises, bleuets, fruits de viornes et de shépherdies, groseilles et autres. Ces petits fruits font partie du régime alimentaire traditionnel des autochtones des Territoires du Nord-Ouest. Ils contribuent à leur santé et ils occupent une place importante dans leur culture. La population des Territoires du Nord-Ouest est de plus en plus consciente de la présence de contaminants dans le milieu naturel. Le présent feuillet d'information traite des contaminants présents dans les petits fruits, de leur provenance et de ce que représente cette contamination pour la santé des consommateurs.

Les petits fruits sauvages renferment généralement peu de contaminants.

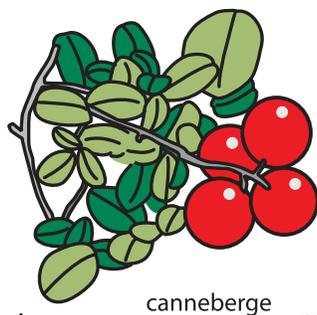
Les plantes se situent à la base des chaînes alimentaires. Un contaminant voit sa concentration s'accroître d'un maillon à l'autre dans les chaînes alimentaires du fait que des espèces animales (prédateurs) se nourrissent d'autres espèces animales (proies). Ce processus, qu'on appelle la bioamplification, n'est pas en cause dans la qualité des petits fruits sauvages.



Un grand nombre de contaminants qui peuvent être bioamplifiés, comme les polluants organiques persistants (POP) (voir la fiche technique sur les POP), s'accumulent dans les graisses. Comme les plantes, à la différence des animaux, n'ont pas de tissu adipeux, elles ne retiennent pas ce type de contaminants. Par contre, elles sont susceptibles de retenir de faibles quantités d'autres contaminants, tels certains métaux (voir la fiche technique sur les métaux lourds), et on peut donc retrouver ceux-ci dans les petits fruits.



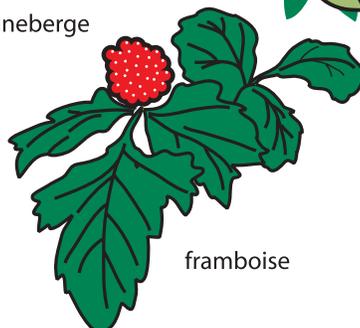
graines à corbigeaux



canneberge



bleuet



framboise



Les petits fruits peuvent contenir des métaux provenant du sol où ils poussent

Une étude a été menée dans la région de Yellowknife en vue de déterminer les concentrations d'un métal, l'arsenic, dans les petits fruits. L'arsenic est présent naturellement dans la roche des Territoires du Nord-Ouest, mais il est aussi libéré dans l'environnement par l'activité humaine, notamment par l'exploitation minière. À Yellowknife, la fonte du minerai d'or a ainsi donné lieu au rejet d'importantes quantités d'arsenic. De faibles quantités d'arsenic ont été décelées dans les petits fruits poussant sur les sites miniers et à proximité. On croit que les plantes ont tiré cet arsenic du sol.

La consommation des petits fruits sauvages est sans danger!

Les concentrations de contaminants mesurées dans les petits fruits récoltés dans les Territoires du Nord-Ouest sont si faibles qu'il n'y a pas lieu de limiter la consommation de cette denrée. Elles étaient faibles même dans les petits fruits récoltés sur les sites miniers près de Yellowknife. Il est toutefois préférable d'éviter de faire la cueillette sur les sites miniers.



Bonnes nouvelles...



Les petits fruits sauvages sont très bons pour la santé!

Tout organisme vivant, y compris les plantes, renferme une certaine quantité de contaminants. Les petits fruits n'en demeurent pas moins un aliment sain et très nutritif.

- Les petits fruits sont une excellente source de vitamine C et de fibres.
- Les petits fruits peuvent aussi être une bonne source de glucides.

Les petits fruits sauvages sont délicieux, peu coûteux et bénéfiques à plusieurs égards. Leur place dans le régime alimentaire contribue à affermir le lien entre l'humain et la nature et à renforcer le sentiment d'appartenance à sa culture. De plus, la cueillette est une activité qui contribue à maintenir la forme physique.

Le saviez-vous?

Il y a deux sortes d'arsenic : l'arsenic minéral et l'arsenic organique. Le premier est toxique, tandis que le second, qui se trouve naturellement dans certains aliments, ne l'est pas. La majeure partie de l'arsenic décelé dans les petits fruits poussant sur les sites miniers ou à proximité était de l'arsenic organique, donc non toxique.

Pour obtenir de plus amples informations, veuillez communiquer avec :

Division des contaminants
Ministère des Affaires indiennes et du Nord Canada

(867) 669-2699
C. P. 1500
Yellowknife (T.N.-O.) X1A 2R3

QS-Y223-002-FF-A1