



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

Les poissons

Les Territoires du Nord-Ouest bénéficient d'une énorme quantité d'eaux poissonneuses. On y trouve des milliers de lacs et de rivières, sans oublier l'océan Arctique. Des poissons comme le touladi, l'omble, le brochet, le doré jaune, la lotte, le corégone, l'inconnu, le cisco, le meunier et l'ombre ont toujours occupé une place importante dans la nourriture traditionnelle. Les habitants des Territoires du Nord-Ouest sont de plus en plus conscients de la présence de contaminants dans l'environnement.

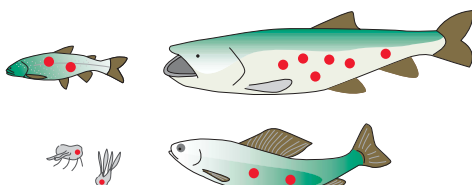
Le présent feuillet d'information traite des contaminants présents chez les poissons, de leur provenance et de ce que représente cette contamination pour la santé des personnes qui les consomment.

Les concentrations de contaminants présentes chez les poissons peuvent varier selon la position que ces animaux occupent dans les chaînes alimentaires.

Les concentrations de contaminants présentes dans chaque poisson dépendent de plusieurs facteurs tels que le type de poisson, l'endroit où il vit, la nourriture qu'il mange et son âge.

Les poissons ne mangent pas tous la même chose. Beaucoup de poissons (prédateurs) mangent d'autres poissons (proies). Les poissons prédateurs comme le touladi, le brochet et la lotte, sont plus hauts dans les chaînes alimentaires que les poissons qui mangent des végétaux de petite taille, des insectes ou du plancton, comme le corégone, l'ombre et le cisco.

Les poissons qui ont pour nourriture d'autres poissons peuvent contenir des quantités plus élevées de contaminants parce que la concentration de la plupart des contaminants augmente d'un maillon à l'autre dans les chaînes alimentaires. C'est ce qu'on appelle la bioamplification.

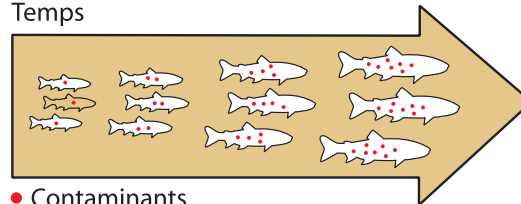


• Contaminants

Avec le temps, la concentration corporelle d'un contaminant peut augmenter lentement si le poisson continue à manger de la nourriture contaminée. C'est la bioaccumulation. Cela veut dire que les poissons âgés et plus gros peuvent renfermer des quantités de contaminants plus élevées que les poissons plus jeunes et plus petits.

Les concentrations de certains contaminants varient d'un lac à l'autre.

Temps



• Contaminants

Les différences de concentrations de contaminants entre les lacs peuvent être dues aux activités humaines ou à des causes naturelles. Par exemple, si les contaminants d'une vieille mine sont entraînés dans un petit lac, ces substances pourraient se retrouver dans l'eau à des concentrations anormalement élevées. D'autres lacs situés loin de sites contaminés présentent pourtant aussi des concentrations particulièrement élevées de certains contaminants. La présence de métaux lourds peut être due aux roches environnantes ou à d'autres caractéristiques naturelles des lacs.

Les polluants organiques persistants (POP) sont des contaminants qui peuvent s'accumuler chez le poisson.

La plupart des contaminants sont présents à des concentrations qui ne posent pas de risques pour la santé des personnes qui consomment du poisson.

Des BPC, ainsi que le DDT, le toxaphène et le chlordane, trois pesticides, peuvent être présents dans le poisson. Ces contaminants font partie des polluants organiques persistants (POP) (voir les feuillets d'information sur les BPC, le DDT et les POP). Ce sont des produits chimiques fabriqués par l'humain, qui peuvent demeurer dans l'environnement pendant de nombreuses années et s'accumuler dans les viscères des poissons, organes qui sont naturellement riches en graisses.

Étant donné que les POP s'accumulent surtout dans les tissus adipeux (graisses), les poissons plus petits et moins gras contiennent souvent des quantités moindres de BPC. Le DDT, le toxaphène, le chlordane ainsi que d'autres POP s'accumulent dans les viscères graisseux des poissons, comme le foie de la lotte. Ces POP viennent généralement d'ailleurs en Amérique du Nord ou d'autres pays et ils sont amenés par les courants atmosphériques. Il existe aussi dans les Territoires du Nord-Ouest un petit nombre de sites contaminés qui renferment des BPC.

Dans l'ensemble, les concentrations de tous les POP sont plus faibles dans les poissons des Territoires du Nord-Ouest que dans les poissons de même type des cours d'eau et des lacs du sud de la plupart des provinces, y compris des Grands Lacs en l'Ontario.

Le mercure est un métal lourd présent dans certains lacs et qui peut s'accumuler chez le poisson.

Dans certaines régions des Territoires du Nord-Ouest, on trouve de grandes quantités de mercure (voir le feuillet d'information sur les métaux lourds) d'origine naturelle. Des activités humaines se déroulant à de grandes distances peuvent aussi ajouter aux concentrations naturelles de mercure présentes dans les lacs.

Il ne faut pas oublier que les concentrations de mercure varient d'un lac à l'autre et d'une espèce de poisson à l'autre. Par exemple, les poissons qui mangent d'autres poissons sont susceptibles de contenir des concentrations plus élevées de mercure. De plus, les gros poissons âgés sont aussi susceptibles de contenir des concentrations plus élevées, car ils ont absorbé des contaminants pendant plus longtemps.

On a étudié certains des effets du mercure sur la santé.

Les enfants à naître et les jeunes enfants sont les plus sensibles aux effets du mercure parce que leurs systèmes immunitaire et

Bonnes nouvelles...



Le poisson est un aliment bon pour la santé, nourrissant et sans danger!

Comme tous les êtres vivants, le poisson contient des contaminants, mais il demeure un des meilleurs aliments pour la santé!

- Les poissons sont riches en protéines.
- Les poissons sont une excellente source de vitamines B.
- Les soupes à base de têtes et d'os de poissons sont une excellente source de calcium.
- Les poissons renferment peu de gras saturés qui causent des maladies cardiaques, et beaucoup d'acides gras oméga-3.

Le poisson est un aliment délicieux et abordable qui est bénéfique à bien des égards. En mangeant du poisson, les gens raffermissent leurs liens avec leur terre et leur culture. De plus, la pêche les aide à rester en forme et en bonne santé.

nerveux sont en développement. Ainsi, des avis spéciaux fondés sur les recherches réalisées sur le mercure présent dans le poisson ont été émis pour les femmes en âge de procréer et pour les enfants dans différentes régions de l'Amérique du Nord.

L'exposition aux contaminants liée à la consommation de poisson est variable.

Le degré de contamination auquel les gens s'exposent en consommant du poisson dépend de beaucoup de facteurs. Afin de réduire l'exposition aux contaminants présents dans le poisson, on doit suivre tous les avis sanitaires (voir l'encadré) et prendre les mesures suivantes :

- consommer des poissons plus petits (ceux-ci sont généralement plus jeunes);
- consommer plus de poissons qui sont dans le bas des chaînes alimentaires, comme le corégone et l'ombre, au lieu de manger seulement ceux qui se nourrissent d'autres poissons, comme le brochet;
- consommer préférablement des poissons moins contaminés, comme l'omble qui passe une partie de sa vie en mer plutôt que l'omble confiné en eaux douces.

Le saviez-vous?

- BPC est l'abréviation de biphényle polychloré.
- DDT est l'abréviation de dichlorodiphényl-trichloroethane.

Des avis sanitaires concernant le mercure ont été émis pour certaines espèces de poissons prédateurs des lacs suivants :

- | | |
|---------------------|--------------------|
| • lac Giauque | • lac Thistlewaite |
| • lac Ste Therese | • lac Keller |
| • lac Tache | • lac Cli |
| • lac Little Doctor | • lac Turton |
| • lac à Jacques | • lac Manuel |

On pense que certains de ces lacs contiennent des concentrations élevées de mercure d'origine naturelle.

Le ministère de la Santé et des Services sociaux des Territoires du Nord-Ouest possède des informations supplémentaires à ce sujet.

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-Y223-006-FF-A1