



# LE MERCURE

## SANTÉ ENVIRONNEMENTALE — SÉRIE DE FEUILLETS D'INFORMATION SUR LES CONTAMINANTS

### QUE SAVONS-NOUS AU SUJET DU MERCURE?

Le mercure est un métal lourd présent à l'état naturel dans l'environnement. Il peut être produit par des feux de forêt, des volcans et l'érosion des roches.

Les activités humaines, comme la combustion du charbon, émettent aussi du mercure dans

l'environnement. La plus grande partie du mercure présent aux TNO a été transportée sur de longues distances en provenance d'autres parties du monde, par les courants atmosphériques. Certaines quantités de mercure sont de sources locales, par exemple les mines d'or.

Il existe plusieurs formes de mercure. L'une d'elles, nommée composé inorganique de mercure, peut être transformée

naturellement par des microorganismes en méthylmercure; ce dernier pourra alors être absorbé par les plantes et les animaux.

Les concentrations de mercure augmentent chez les animaux à mesure qu'on remonte la chaîne alimentaire. Ce processus porte le nom de bioamplification. Généralement, les chaînes alimentaires aquatiques sont plus longues que les chaînes terrestres. C'est pourquoi le poisson, le phoque annelé et le béluga ont tendance à présenter des concentrations de mercure plus élevées que celles des animaux terrestres. Un grand nombre

de ces derniers mangent des plantes et se trouvent au bas de la chaîne alimentaire. Par conséquent, ils n'accumulent pas de concentrations élevées de mercure.

### DE QUELLE FAÇON LE MERCURE NUIT-IL À LA SANTÉ HUMAINE?

À des concentrations élevées, le méthylmercure peut causer des problèmes cérébraux pouvant comprendre des changements de personnalité, des changements de la vue et de l'audition, des pertes de mémoire, la perte de la fonction musculaire normale, de la déficience intellectuelle, des tremblements et la mort. Le mercure peut aussi endommager le foie et les reins. Les enfants et les fœtus en voie de développement sont les plus sensibles au mercure. Dans la consommation d'aliments traditionnels, le méthylmercure est la forme de mercure qui nous préoccupe le plus. Pour avoir des précisions sur les autres formes de mercure et leurs effets sur la santé, visitez le site Web de Santé Canada.

**Veillez noter que, pour ressentir ces effets sur la santé, il faut être exposé à des concentrations très élevées de mercure.**

Pour la plupart des gens, il faut compter une période de 50 jours pour que le corps élimine la moitié du mercure présent dans le sang. Généralement, on consomme

de petites quantités de mercure tous les jours. Par conséquent, on en élimine et en absorbe tous les jours. L'équilibre entre l'élimination et l'absorption est ce qui détermine la quantité de mercure dans le corps d'une personne.

### EST-IL SÛR DE MANGER DES ALIMENTS TRADITIONNELS?

Oui! On peut manger des aliments traditionnels sans danger. Ils font partie de certains des meilleurs aliments pour la santé qui soient. Les bienfaits de la consommation d'aliments traditionnels dépassent de loin les risques d'exposition à de faibles concentrations de mercure. Pour des conseils actualisés sur la consommation, visitez le site Web du ministère Santé et Services sociaux du GTNO. En suivant ces conseils sur la consommation, vous pouvez manger tous les aliments traditionnels sans danger.

traditionnels sans danger. Des concentrations plus élevées de mercure peuvent être présentes chez les animaux âgés et de grande taille, ainsi que ceux qui occupent un rang élevé dans la chaîne alimentaire (les prédateurs). Pour réduire l'exposition au mercure, mangez une variété d'aliments, dont des animaux qui sont jeunes, de petite taille et qui ne sont pas des prédateurs. Pour consulter les avis sur la consommation du poisson, veuillez visiter le site [www.hss.gov.nt.ca](http://www.hss.gov.nt.ca).