



LE CASTOR

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



Que savons-nous sur le castor?

Les castors sont des rongeurs de grande taille qui sont présents partout aux TNO, tout particulièrement dans des régions où la végétation aquatique abonde.

Les castors passent du temps dans l'eau, mais sont principalement des animaux terrestres. Les animaux terrestres sont moins susceptibles d'accumuler de hauts niveaux de contaminants que les mammifères marins (comme les bélugas ou les phoques annelés).

Les castors sont végétariens et occupent un rang inférieur dans la chaîne alimentaire. Les animaux qui ne mangent pas d'autres animaux ont tendance à présenter de bas niveaux de contaminants.

Les castors des TNO ont subi des prélèvements pour détection des contaminants et on a constaté que les échantillons en contenaient à de faibles niveaux.

Le castor est bon pour nous!

La viande, le foie et les pattes de castors sont d'excellentes sources de protéines. La queue contient moins de protéines, mais demeure une bonne source de ce nutriment. Les protéines sont nécessaires pour former et régénérer toutes les parties du corps.

Le foie de castor est une bonne source de vitamine A et de fer. La vitamine A contribue à la santé de la peau, des os et des yeux. Le fer est assimilé par l'organisme pour assurer la santé sanguine.

Le castor est également utilisé à des fins médicinales traditionnelles et peut servir d'appât pour attraper d'autres animaux qui sont des sources d'aliments nutritifs.

Pour plus d'information nutritionnelle sur le castor, consultez la série de feuillets d'information sur les aliments du ministère Santé et Services sociaux du GTNO, à <http://www.hss.gov.nt.ca/fr>.

Est-il sûr de manger du castor?

Oui! On peut manger du castor sans danger. Il fait également partie de certains des meilleurs aliments pour la santé qui soient. Les bienfaits de la consommation du castor dépassent de loin les risques d'exposition à des contaminants.

En 1999, une évaluation des risques à consommer du foie de castor sur la santé a été effectuée dans la région du delta de la rivière des Esclaves (entre Fort Resolution et Fort Smith). Elle a permis de constater des niveaux légèrement élevés d'un métal lourd appelé cadmium

(consultez le feuillet d'information « Cadmium » – <http://www.hss.gov.nt.ca/fr>). L'évaluation avait conclu qu'on pouvait manger 34 foies de castor par an en toute sécurité. En 2013, une autre étude a été effectuée sur les castors de la même région. Les niveaux étaient très semblables. Pour réduire votre exposition au cadmium, arrêtez de fumer et évitez la fumée secondaire. Les fumeurs présentent des niveaux de cadmium dans le sang qui sont environ quatre à cinq fois plus élevés que ceux des non-fumeurs.